

دزاير دائما بخير

شكوك
حول مشاركة
بن سبيبي في
المواجهة الملتهبة
بين دورتموند
والبياسجي

www.dzair-tube.dz
SPORT

يومية رياضية جزائرية

الثلاثاء 19 سبتمبر 2023 الموافق لـ 4 ربيع الأول 1445 هـ العدد: 803 الثمن: 30 دج

"الضاف" تكشف عن برنامج مباريات المنتخب الوطني خلال التريص المقبل

"محاربو الصحراء" يواجهون الرأس الأخضر ومصر وديبا أكتوبر القادم

مرحلة الحسم

بلماضي
يفي بوعده ويعود
بالخضر إلى قسنطينة
بمواجهة الرأس الأخضر

ودية مصر رسميا
يوم 16 أكتوبر
بأبو ظبي
الإماراتية

Vs **الرأس الأخضر**



الخميس 10/12 | 20:00
ملعب الشهيد حملاوي بقسنطينة

Vs **مصر**



الاثنين 10/16 | 20:00
مدينة أبو ظبي الإماراتية

في تصريحات لـ "دزاير سبور"
عمار بهلول ينفي
الإشاعات ويؤكد
دعمه لصادي



غاري أونيل مدرب
ولضرها مبيتون:

"آيت نوري يعاني
من إرهاق عضلي
ويحتاج
لبعض الأيام
من أجل
التعافي"



بعدها عاودته الألام على
مستوى العضلة قبل المواجهة

مورينو:
"رفضت
المغامرة
بعوار أمام
إمبولي"



"الفاف" تكشف عن برنامج المباريات الودية للمنتخب الوطني خلال التبرص القادم

"بلماضي يرمج لقاءين وديين أمام جزر الرأس الاخضر ومصر أكتوبر المقبل"

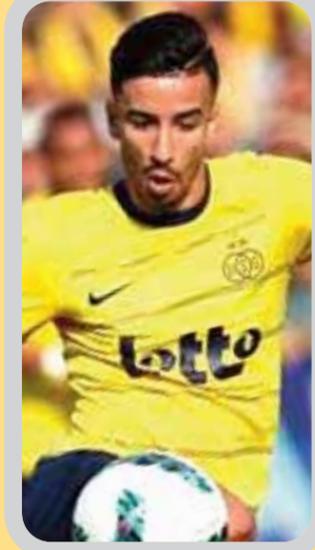
سيكون المنتخب الوطني الجزائري على موعد شهر أكتوبر المقبل، مع خوض مباراتين وديتين، ضمن فترة التوقف الدولي للتخضير للاستحقاقات المقبلة، على غرار تصفيات كأس العالم 2026 وكأس أمم إفريقيا المقرر إجراؤها بكونت ديفوار مطلع العام المقبل. وكشفت الاتحادية الجزائرية في بيان لها أمس، أن المنتخب الوطني سيخوض لقاءين وديين أمام كل من الرأس الأخضر ومصر خلال التبرص المقبل شهر أكتوبر. وأعلنت "الفاف" على موقعها الإلكتروني، أن "الخضر" سيواجهون الرأس الأخضر يوم 12 من الشهر المقبل على ملعب الشهيد حملاوي بقسنطينة، المحاربون إلى مدينة الجسور المعلقة بعدما أعجب الناخب الوطني جمال بلماضي بالأجواء السائدة هناك خلال التبرص الأخير وكشف عن رغبته في برمجة تبرص آخر هناك. وأبرزت المصادر ذاتها، أن زملاء القائد رياض محرز على موعد مع مواجهة ودية ثانية أمام المنتخب المصري بمدينة أبو ظبي الإماراتية، بعد تعذر إجرائها بالكويت. وبرمجت ودية مصر يوم 16 من أكتوبر بدل 17 من نفس الشهر، في خطوة يهدف من خلالها الاتحاد المصري لتجنب أي صدام مع نادي الأهلي المصري بسبب لاعبيه الدوليين، حيث سيكون الأخير على موعد مع خوض مباراة ذهاب ربع نهائي كأس "السوبر" الإفريقي أمام سيميا التنزاني على ملعب هذا الأخير يوم 20 المقبل، إذ حدثت مؤخرا أزمة بين اتحاد الكرة المصري "الضراعة" وروي فيتوريا من جهة وإدارة "نادي القرن" من تزامن مواجهة تونس الودية التي جرت الثلاثاء الماضي، لمباراة كأس "السوبر" الإفريقي أمام اتحاد الجزائر التي انتهت بالسماح للأهلي بالاحتفاظ على لاعبيه حسب الإعلام المصري على رفاق محمد صلاح الذي قضى بـ(3-1) أمام "نور قرطاج" بالقاهرة. وستكون اختبارا حقيقيا بالنسبة لـ "محاربي الصحراء" جاهزينهم لكأس أمم إفريقيا المقبلة، حيث الجزائري مطالب بتحقيق نتيجة إيجابية الأخير أمام المنتخب السنغالي وديا. ومن يتعرف المنتخب الوطني على منافسيه في "الكان" خلال 12 من الشهر المقبل، على أن تجري النهائيات خلال الفترة الممتدة من 13 جانفي إلى 11 فيفري بكونت ديفوار.

عبد المجيد

فيما حظي مهاجم "الخضر" بثناء زملائه في الفريق

الصحافة البلجيكية تطالب مدرب سانت جيلواز بإشراك عمورة أساسيا

تري الصحافة البلجيكية بأن الدولي الجزائري محمد أمين عمورة هو الحل المناسب لوضع حد للعقم الهجومي الذي يطارد ناديه يونيون سانت جيلواز البلجيكي منذ بداية الموسم الحالي، مشيرة إلى أن الوقت قد حان لإشراك لاعب "الخضر" ضمن التشكيلة



الأساسية بعدما أظهر إمكانات كبيرة خلال الدقائق التي لعبها في المواجهة الأخيرة السبت الماضي أمام جينك برسم الجولة السابعة من الدوري البلجيكي الممتاز، وأشار موقع "وال فوت" في تقريره له أمس، بأن خط الأمامي لسانت جيلواز أظهر عدم كفاءته الهجومية حيث سدد 24 تسديدة، 4 فقط منها على المرمى دون تسجيل أي هدف، في إحصائية مخيبة للأمل، قبل أن يضيف بأن عمورة قدم مستوى كبيرا جدا خلال الـ 20 دقيقة التي شارك فيها، وأظهر رغبة كبيرة عندما دخل احتياطيا، حيث وجدت تسديده الرائدة قائم فانديفورد لكنها كانت تستحق أفضل بكثير. وفي السياق ذي صلة، تلقى الدولي الجزائري إشادة كبيرة من قبل زملائه في سانت جيلواز، حيث أثنى منافسه في الهجوم دينيس إيكيرت أينسا على الصفات التي يتمتع به قائلا: «إنه صغير الحجم، ومن الصعب جدا الدفاع أمامه، سنستمتع كثيرا معه خلال الأشهر القليلة المقبلة»، فيما توه زميله أليسيو كاسترو مونتييس بالسرعة الكبيرة للاعب السابق لوفاق سطيف: «لقد أظهر بالفعل مثل هذه الأشياء في التدريبات، إنه مضمع بالحيوية وسريع جدا. كان حظه سيئا للغاية عندما ارتدت تسديده من القائم»، وجدير بالذكر، أن عمورة كانت قد التحق بنادي يونيون سانت جيلواز البلجيكي خلال الميركاتو الماضي قادما من لوغانو السويسري.

عبد المجيد

مؤكدا بأنه شعر بالآلام على مستوى العضلة قبل اللقاء

مورينيو: "رفضت المغامرة بعوار أمام إيمبولي"

كشف مدرب روما الإيطالي جوزيه مورينيو عن الأسباب التي كانت وراء غياب اللاعب الدولي الجزائري حسام عوار عن مواجهة إيمبولي مساء أول أمس، لحساب الجولة لحساب الجولة الرابعة من الدوري الإيطالي، وكان من المقرر أن يعود متوسط ميدان "الخضر" إلى التشكيلة الأساسية بعد تعافيه من الإصابة التي كان يعاني منها، غير أن مشجعي "الذئاب" تفاجؤوا بغياب عوار عن اللقاء، وقال مورينيو في تصريحات شبكة "دازن" الألمانية عقب نهاية المواجهة أنه رفض المخاطرة بعوار، بعدما شعر الأخير بالآلام عضلية قبيل اللقاء، وأبرز: «عوار يفعل نفس الشيء مثل جميع اللاعبين الآخرين الذين كانت الشكوك تحيط بهم الليلة»، وأردف: «شيء واحد هو التعافي سريرا من الإصابة، وشيء آخر هو أن تكون لائقا بدرجة كافية للبدء»، وأشار التقني البرتغالي، إلى أن عوار أعلم الطاقم الطبي لروما بشعوره بالآلام على مستوى العضلة وهو ما جعله يبعده عن اللقاء: «جاء عوار إلى الملعب وهو يشعر بالآلام، وعندما تخبرك العضلة أن هناك خطأ ما، فإن أسوأ شيء يمكن فعله هو المخاطرة»، مضيفا في ذات الصدد: «لذا، بدلا من عوار، كان ريناتو سانتشيز هو من بدأ. لقد كان مثاليا لمدة 45 دقيقة، والبطاقة الصفراء جعلت من السهل علي استبداله»، وجدير بالذكر، أن عوار كان قد تعرض لإصابة عضلية في مواجهة نادي ميلان في الفاتح من سبتمبر الجاري، وهو ما أجبره على الغياب عن تبرص المنتخب الوطني الأخير الذي تخللته مواجهتي تنزانيا و السنغال.

عبد المجيد

فيما لم يستبعد لحاقه بمواجهة السبت المقبل .. مدرب ولفرهامبتون أونيل:

"آيت نوري يعاني من إرهاق عضلي ويحتاج لبعض الأيام من أجل التعافي"

طمأن مدرب نادي ولفرهامبتون الإنجليزي غاري أونيل بخصوص الإصابة التي تعرض لها الدولي الجزائري ريان آيت نوري يوم السبت الماضي خلال مواجهة ليفربول برسم الجولة الخامسة من الدوري الإنجليزي الممتاز. وكان لاعب "الخضر" قد شارك لمدة 66 دقيقة أمام "الريدز" قبل أن يغادر أرضية الميدان متأثرا بإصابة، لكن أونيل كشف بأن وضعية آيت نوري ليست خطيرة وسيكون معنيا باللقاء المقبل أمام لوتون تاون يوم السبت المقبل، لحساب الجولة السادسة من البريميرليغ، وقال المدير "الذئاب" في تصريحات نقلها موقع "بيرمينغهام ميل": «ريان كان يعاني من مجرد نوع من الإرهاق العضلي، لا أتوقع أن يواجه أي مشاكل تستمر حتى نهاية الأسبوع، ربما سيحتاج إلى بضعة أيام فقط للتعافي». وأبرزت المصادر ذاتها، بأن هذه الأخبار الجيدة بشأن إصابة الدولي الجزائري تعني أنه من المرجح أن يشارك أساسيا في لقاء لوتون السبت القادم مع إبقاء هوغو بوينو على مقاعد البدلاء.

انتفاضة لاعب "الخضر" محل ثناء لدى الإنجليزي

وعلى صعيد آخر، تلقى نجم المنتخب الوطني إشادة كبيرة من قبل الصحافة البريطانية بعد المستوى الكبير الذي قدمه مع الذئاب منذ بداية الموسم الحالي، مشيرة إلى أن آيت نوري يحظى بإعجاب كبير من قبل المدرب غاري أونيل، والدليل على ذلك هو مشاركته في 4 مباريات كأساسي من أصل 5 لقاءات في "البريميرليغ" حتى الآن، وأكد موقع "مولينيو نيوز" الذي يهتم بأخبار نادي ولفرهامبتون، أن آيت نوري وجد معاملة أجيورا مع المدرب الجديد لـ "الذئاب" بعدما عانى الموسم الماضي من التهميش من طرف الإسباني جولين لوبيتيغي، وهو ما أثار التكهات بخصوص مغادرته للفريق خلال فترة الانتقالات الصيفية الماضية، وأبرزت ذات المصادر بأن قدوم أونيل غير كل شيء وجعل الظهير الأيسر لـ "الخضر" يستعيد إمكاناته المعهودة، قبل أن تضيف: «يبدو الأمر كما لو أن شيئا ما قد تأثر به، لأن أدائه كان جيدا بشكل عام»، وواصلت: «بعد ليفربول يوم السبت، كان آيت نوري جيدا حقا ضد محمد صلاح، وهو شخص كان سعيدا بمواجهته عدة مرات الآن، ربما ليس من قبيل الصدفة أن ليفربول سجل آخر هدفين له من الجانب الأيمن بعد خروج آيت نوري». واحتتمت ذات الموقع، «لقد تلقى ولفرهامبتون أربع هزائم في خمس مباريات، لكن نهضة آيت نوري هي بالتأكيد أمر يستحق الشعور بالإيجابية اتجاهه، إنه موهبة شابة مثيرة حقا وقد ضل طريقه قليلا. إنه يستحق الأفضل».

عبد المجيد

اللاعب يتجه لمغادرة "الروسونيري"

ميلان يخطط لإقحام عدلي في صفقة تبادلية خلال "الميركاتو" الشتوي

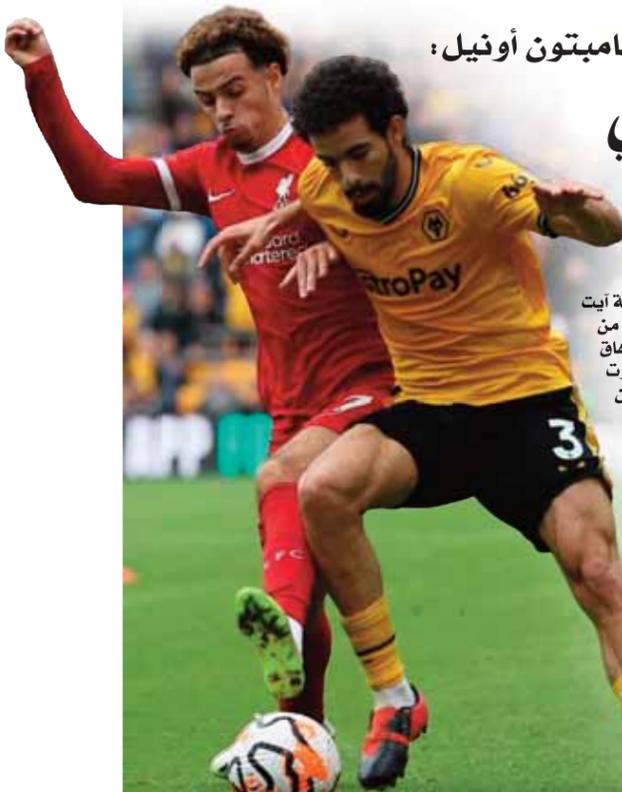
يتجه اللاعب فرانكو جزائري ياسين عدلي، لمغادرة ناديه ميلان الإيطالي خلال فترة التحويلات الشتوية المقبلة، بقرار من الطاقم الفني لـ "الروسونيري" بقيادة المدرب ستيفانو بيولي، بعدما فشل في إثبات إمكاناته مع التشكيلة، بينما تخطط إدارة الفريق لعقد صفقة تبادلية تشمل اللاعب، وبالرغم من عدم مغادرته ميلان خلال فترة الانتقالات الصيفية الماضية، واعتزام ستيفانو بيولي منحه الفرصة في الموسم الجديد، إلا أن متوسط الميدان ياسين عدلي، لن يستمر بنسبة كبيرة مع الفريق، وسيغير الأجواء خلال "الميركاتو" الشتوي المقبل، وكشف موقع "ميلان ويب" المقرب من النادي اللومباردي، بأن إدارة الفريق لديها

رغبة قوية في بيع الموهبة الجزائرية وتسويقه بصفحة تبادلية لتعزيز صفوف التشكيلة، وأضاف الموقع ذاته، بأن البداية الصعبة لميلان في الموسم الجديد، جعلت الطاقم الفني يفكر في إحداث عدة تغييرات واستغلال "الميركاتو" المقبل لانتداب بعض العناصر وكذا تسريح لاعبين آخرين في مقدمتهم ياسين عدلي، ووفقا للمصدر ذاته، فإن



الثاني جيفري مونكادا وجورجيو فورلاني المكلفين بالإدارة الرياضية في صفوف الفريق يخططان لإقحام عدلي في صفقة التبادل مع الظهير الأيسر الأسكتلندي جوش دوغ، لاعب نادي هيلاس فيرونا الإيطالي، وذلك من أجل الحفاظ أيضا على التوازن الاقتصادي للفريق. وانضم لاعب الوسط صاحب الـ 23 عاما إلى النادي "اللومباردي" عام 2022 قادما من بورودو الفرنسي، في صفقة بلغت قيمتها 8.5 مليون يورو، وفشل ياسين عدلي في إثبات وجوده مع ميلان، حيث اكتفى بالمشاركة في 6 مباريات فقط في مختلف المسابقات لم يسجل أو يصنع فيها أي هدف، وهو ما عطل أيضا انضمامه للمنتخب الوطني الجزائري.

عبد المجيد



بواقع 22 تمريرة مفتاحية محرز أكثر لاعب صناعة للفرص في دوري روشن السعودي

حقق الدولي الجزائري، رياض محرز، رقما مميزا في دوري "روشن" السعودي لموسم 2023-2024، إذ احتل قائد الخضر صدارة قائمة أكثر اللاعبين صناعة للفرص بمجموع 22 فرصة، بعد 6 جولات من بداية الدوري السعودي. وحسب موقع "سوفاسكور" المتخصص في الاحصاء، فإن محرز، قدم في مباراة ناديه الأخيرة أمام التعاون، 6 تمريرات مفتاحية، مكنته من اعتلاء الصدارة. وكان محرز قاد يوم السبت الماضي ناديه الأهلي إلى الفوز بنتيجة ثلاثة أهداف لهدفين، على حساب التعاون في الجولة السادسة من الدوري السعودي، ليتدارك بذلك خسارته في الجولة الماضية، أمام الضخ بخماسية لهدف. وانفرد الأهلي بالمركز الثالث برصيد 15 نقطة، وبفارق نقطة واحدة فقط عن الهلال المتصدر، علما أن محرز نجح في هذه التمريرة الحاسمة رقم 3، في هذه المحاولة.

وسيم

بن سبعيني ضمن التشكيلة المثالية لتصفيات كان 2023

اختير الدولي الجزائري، رامي بن سبعيني، ضمن التشكيلة المثالية من تصفيات كأس أمم أفريقيا 2023 بكونت ديفوار حسب ما كشف عنه موقع "سوفاسكور" المختص في الإحصاءات وأهم أخبار كرة القدم والرياضة بصفة عامة. وجاء بن سبعيني ضمن عن التشكيلة الأفضل للتصفيات المؤهلة إلى "كان" 2023، التي اختتمت سبتمبر الجاري، نظير أدائه الرائع رفقة الخضر في التصفيات، وحصل على تقييم 7.32 من 10 - جدير بالذكر، أن المنتخب الوطني أنهى التصفيات كأكثر منتخب حصدا للنقاط بـ 16 نقطة من 5 انتصارات وتعادل، وسجل الهجوم 9 أهداف بينما استقبلت شباك المنتخب هدفين فقط.

وسيم

عمار بهلول ينفي كل الإشاعات والأخبار الكاذبة ويؤكد دعمه لصادي



أبدي عمار بهلول، عضو المكتب الفيدرالي سابقا، دعمه القوي للمترشح الوحيد لرئاسة الطاف، وليد صادي، نافيا كل الإشاعات والأقاويل التي تحدثت عن محاولة حث أعضاء الجمعية العامة من أجل التصويت بلا ضد صادي خلال انتخابات يوم 21 سبتمبر الجاري. وأوضح عمار بهلول في تصريحات صحفية لذيابير توب قائلا: "ندرك جيدا اليوم المرحلة أصبحت للبعض أن يغتم فرصة ليصفي حساباته، أو لا وقبل كل شيء كنت صرحت سابقا في أحد القنوات بأنني أحترم وليد صادي، إنه زميل وسمعت عنه غير الأمور الجميلة"، قبل أن يضيف: "أؤكد لكم حتى قبل حسم ملفات المترشحين كان لي كلام معه عبر الهاتف وتحدثت عن الاستراتيجية المقبلة، كما أنني حذرته من بعض الأقاويل التي قد تصله عني في محاولة للتشويش عنه وهذا ليس بالجديد

فقد عشت هذه التجربة في مراحل سابقة". وتابع في السياق نفسه: "قلت له بالحرف الواحد، مرحبا بك وليد صادي عناية رغم أن ملفات المترشحين كانت لم تحسم بعد من طرف لجنة الانتخابات، وأؤكد مرة أخرى ما قبل في أحد الجرائد لا أساس له من الصحة"، أنا اليوم قمت بحق الرد في الصحيفة التي نشرت المقال مدعية بأنني حررت رؤساء الرابطة على التصويت ضد صادي". وواصل: "أنا الشخص الوحيد الذي أقف وراء وليد صادي، بحكم الصداقة والمعرفة سمعت إلا الخير، الرجل ابن عائلة فكيف لي أن أتجرأ وأقف ضد طموحاته، سبق لي وأن مررت بهذه التجارب عندما كنت في الاتحاد الجزائري لكرة القدم وعشت صعوبات لاتعد ولا تحصى وأنتم تعلمون ذلك وأؤكد مرة أخرى أنا والأغلبية الساحقة لأعضاء الجمعية العامة تسير في اتجاه واحد وتريد الخير للاتحاد". ليختتم حديثه بالقول: "لا يعقل أن أكون وحدي ضد هذا الرجل ومعرفتي لخبايا كرة القدم، تجعلني أعي جيدا ما يعنيه مترشح وحيد في السباق وأنا مع المصلحة العامة".

وسيم

دوري أبطال أوروبا

شكوك حول مشاركة بن سبعيني في المواجهة الملتهبة بين دورتموند والبياسجي

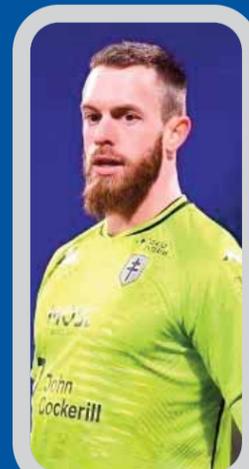
سيكون الدولي الجزائري، رامي بن سبعيني، أمام امتحان صعب، سهرة اليوم الثلاثاء، رفقة ناديه بوروسيا دورتموند، عندما يواجهون صاحب الضيافة باريس سان جيرمان على ملعب حديقة الأمراء في إطار الجولة الأولى من مرحلة المجموعات ببطولة دوري أبطال أوروبا للموسم الحالي 2023-2024. وحصل بن سبعيني وفريقه دورتموند على جرعة من الثقة عقب فوزه المثير على ملعب فرايبورغ يوم السبت الماضي، قبل مواجهته الصعبة أمام سان جيرمان في المجموعة التي تضم أيضا ميلان الإيطالي ونيوكاسل يونايتد الإنجليزي. ويبحث الفريق الألماني عن بداية مثالية في مسابقة الشامبيونز ليغ رغم المأمورية الصعبة التي تنتظره في العاصمة الفرنسية الفرنسية، في المقابل، يريد أشبال التقتني الإسباني لويس إنريكي دوري أعلى الكؤوس بكل قوة ومصالحه أنصاره الغاضبة بعد السقوط الحز في الدوري الفرنسي مؤخرا. كشفت تقارير صحف ألمانية، عن شكوك تحوم حول مشاركة الظهير الأيسر أساسيا في اللقاء المرتقب أمام باريس سان جيرمان. ويجيب موقع "بوروسيا بوز"، أمس الإثنين، فإن بن سبعيني مهدد بالغياب عن مواجهة باريس بسبب تراجع لياقته البدنية مستدلة بما قدمه في فرايبورغ أين قام المدرب باستبداله مطلع الشوط الثاني، وقال المصدر نفسه، إن إدين ترزييتش لم يفضل بعد في مشاركة رامي بن سبعيني ضد باريس، مؤكدا أنه جهز البديل ماريوس وولف في حال خروج ابن مدينة قسنطينة من حساباته في هذه المقابلة. وكان بن سبعيني قد تعرض لانتقادات قاسية من طرف الصحافة المختصة في متابعة أخبار نادي بوروسا دورتموند، حيث منحته أسوأ تنقيط في المواجهة التي جمعت دورتموند بفرايبورغ.

وسيم

"أوكيدجة" ضمن التشكيلة المثالية للجولة الخامسة لـ"الليغ 1"

تواجد الحارس الجزائري، ألكسندر أوكيدجة، حارس مرمرى فريق ميتز الفرنسي، ضمن التشكيلة المثالية للجولة الخامسة من "الليغ 1" بحسب ما كشفت عنه مجلة "ليكيب" الفرنسية، في عددها الصادر، أمس الإثنين. وجاء اختيار أوكيدجة في تشكيلة الأسبوع، بعد أن تمكّن من الحفاظ عن نظافة شباكه ومحققا أرقاما عالمية في مباراة لانس والتي ساهم فيها بشكل كبير في عودة ميتز بالنقاط الثلاث. وحقق أوكيدجة أرقاما رائعة في لقاء لانس، حيث، من صد 10 تسديدات أمام لانس، كانت 6 منها داخل منطقة الجزاء حسب إحصائيات سوفاسكور، وهو رقم يجعله أول حارس يحقق هذا الرقم في الدوريات الخمسة الكبرى، كما سجل أوكيدجة ثاني "كليب شيت" له هذا الموسم، بعدم تلقيه أي هدف بعد لقاء كليرمون فوت في الجولة الثانية من "الليغ 1". وضمت التشكيلة المثالية بالإضافة إلى أوكيدجة، نجم فريق ليل، كابيلا، مارسيلو، والجزائري الأصل رومان فايفر، بالإضافة إلى الروسي غولوفين المحترف في مونكو وموفي مهاجم نيس. يذكر، أن الحارس أوكيدجة أعلن مؤخرا اعتزاله اللعب دوليا مع المنتخب الوطني الجزائري بعد مشوار حافل توج من خلاله بكأس أمم إفريقيا 2019 بمصر مع "الخضر"، كما يشهد منصب حراسة مرمرى المنتخب تغيرا كثيرا بعد بروز أنتوني مانديرا بالتزامن مع تواصل غياب الحارس رايس وهاب ميولجي.

وسيم



مشيدا بلاعبيه بعد الفوز الثمين في سيراليون.. سفين فاندنبروك :

"شباب بلوزداد هذا العام أحسن من الموسم الماضي"

كان بو رينجرز يملك فرص كثيرة لكن في مباراة اليوم استطعنا التحكم في المباراة وهذا يعطينا ثقة للمباريات القادمة".

بكير: "هذا الفوز سيسهل أمورنا في بلوغ دور المجموعات"

من جانبه، أبرز لاعب شباب بلوزداد إسلام بكير، أهمية الفوز المحقق أمام فريق بو رينجرز على ملعب هذا الأخير، بالنسبة لثقافة مشوارهم في رابطة الأبطال. وصرح بكير، للصحافة الرسمية للشباب: "هذه أول خرجة لنا في الطبعة الجديدة من رابطة أبطال أفريقيا، والتي كانت أمام منافس سبق لنا مواجهته". كما أضاف: "طبقتنا تعليمات المدرب، والنصائح التي قدمها لنا في حصة الفيديو، ما سهل من أمورنا في تحقيق الفوز بهذه المباراة". وتابع إسلام بكير: "هذا الفوز من شأنه أن يسهل علينا مباراة العودة، ومن تحقيق التأهل لدور المجموعات". وجدير بالذكر، أن وفد شباب بلوزداد حل أمس، بأرض الوطن قادما من سيراليون، حيث منح الطاقم الفني لاعبيه يوم راحة على أن يعودوا اليوم إلى أجواء التحضيرات استعدادا لمواجهة نجم مقرة يوم السبت المقبل. سفين ع.



أشاد مدرب شباب بلوزداد، سفين فاندنبروك باللاعبين بعد الفوز الثمين أمام المستضيف بو رينجرز السيراليوني، في ذهاب الدور التمهيدي لرابطة الأبطال الإفريقية، معتبرا أن مستوى الفريق هذا العام أحسن من الموسم الماضي. وقال التقني البلجيكي في ندوة صحفية مساء أول أمس، عقب نهاية لقاء بو رينجرز، أن الفوز مستحقا بالنظر إلى الأداء الذي قدمه الفريق وأبرز: "أظن أن فريقنا يستحق هذا الفوز أمام بو رينجرز الذي كان خصما صعبا، فريقنا جازف كثيرا باللعب هجوما فكانت النتيجة لصالحنا". وأضاف: "أنا سعيد بهذا الأداء الجيد، فريقنا كان جيدا من حيث اللياقة البدنية وتكتيكيا أيضا". أوضح التقني البلجيكي، بأنه يراهن على السيطرة في لقاءات الفريق خارج الديار والعودة بنتائج إيجابية، وقال: "تملك هدفين الأول محاولة السيطرة على المباراة خارج الديار لأن الموسم الماضي كان هذا يعتبر مشكلا للفريق، أما الهدف الثاني هو الرجوع بنتيجة جيدة" مضيفا: "طموحنا كان العودة بالتعادل لكن رجعتنا بنتيجة أكثر مما كنا نتوقع وهو فوز بفارق هدفين وهذه النتيجة مريحة نوعا ما، في انتظار مباراة العودة". وأكد المدرب البلجيكي أن النسخة الحالية لشباب بلوزداد أقوى من الموسم الماضي، وذلك بدليل النتيجة التي حققتها الفريق خارج قواعده في مستهل منافسة رابطة الأبطال الإفريقية، وواصل: "لم أكن هنا العام الماضي جئت منذ شهرين، لم أشاهد مباراة الموسم الماضي شباب بلوزداد ضد بو رينجرز، لكن أظن أنه عندما تتعادل الموسم الماضي وتفوز هذا الموسم مع نفس الفريق، هذا يؤكد في نظري أن فريقنا أحسن من العام الماضي". واختتم "الموسم الفارط

وفاق سطيف

فرانك دوما يباشر مهامه ويشرع في التحضير لمواجهة البيض

باشر المدرب الفرنسي، فرانك دوما مهامه بصفة رسمية مع نادي وفاق سطيف، خلفا للمدرب عبد القادر عمراني الذي غادر منصبه قبل بداية الموسم الجاري، بسبب عدم اتفائه مع مسؤولي الفريق بخصوص بنود العقد الداخلي. وقدمت إدارة الوفاق، مديرها الجديد، مساء أول أمس بصفة رسمية،



تحتسبا للموسم الكروي الجاري 2023-2024، حيث من المنتظر أن يتولى الفريق بداية من المواجهة المقبلة التي تنتظر "النسر الأسود" أمام مولودية البيض يوم السبت المقبل، يرسم الجولة الثانية للرابطة المحترفة الأولى. وشرع المدرب الجديد لوفاق سطيف، في عمله مع النادي، من خلال عقد اجتماع مع اللاعبين على هامش حصة الاستئناف في حضور المدرب المساعد سليمان رحو وأعضاء من الطاقم الإداري للفريق، وهذا من أجل شرح طريقته في العمل خلال الفترة القادمة. وكان المدرب المساعد لدوما، سليمان رحو قد باشر عمله الجمعة الماضية، من خلال تسجيل حضوره في مدينة خنشلة، ومعاينة التشكيلة في مباراة "سيسكاوة"، قبل تسليم تقرير مفصل للتقني الفرنسي، وهو ما سيسهل من مهامه، خاصة وأنه يملك الخبرة اللازمة في البطولة المحترفة. وستكون تجربة دوما القادم من تي بي مازيمبي الكونغولي، الرابعة في البطولة الجزائرية، بعد إشرافه على كل من شبيبة القبائل وأهلي البرج بالإضافة إلى شباب بلوزداد، وهو ما تعول عليه أسرة الوفاق، من أجل إعادة ترتيب البيت، والعودة بقوة إلى الواجهة. سفين ع.



بعدها تلقت إدارة مولودية الجزائر ردًا إيجابيا 5 جويلية لاحتضان مباريات "العמיד" هذا الموسم

تلقت إدارة مولودية الجزائر موافقة من طرف مسؤولي المركب الأولمبي محمد بوضياف لاستقبال منافسيها ملعب 5 جويلية الأولمبي خلال الموسم الجاري من الرابطة المحترفة الأولى. وكشفت مصادر مقربة من بيت "العמיד" أن إدارة حاج رجم تقدمت بطلب رسمي إلى إدارة المركب الأولمبي، من أجل احتضان لقاءات المولودية بعد نهاية الأشغال الجارية به، والمتملة في إعادة تهيئة أرضيته، وجاء طلب المولودية بسبب عدم اتضاح الرؤية بخصوص ملعب الدويرة الجديد وموعد تسليمه، حيث قررت إدارة العמיד العودة إلى ملعب 5 جويلية 1962، بعدما أنهت الموسم الماضي بملعب عمر بن رايح بالدار البيضاء. وكشفت ذات المصادر، مولودية الجزائر ستعود لاستقبال منافسيها بملعب 5 جويلية بمناسبة مباراة الجولة السادسة أمام شبيبة الساورة، فيما ستلعب مباراتا مولودية البيض ووفاق سطيف بملعب الشهيد عمر براج بالدار البيضاء. وكانت مولودية الجزائر قد استقبلت نجم بن ككنون في الداربي العاصمي، يوم الجمعة الماضي، بملعب الدار البيضاء من دون جمهور بسبب العقوبة المسلطة عليه، ومن المقرر أن تنتقل خلال الأسبوع الحالي إلى قسنطينة لمواجهة الشباب المحلي يرسم الجولة الثانية من البطولة المحترفة الأولى. سفين ع.



نظير الفوز بكأس السوبر الإفريقي خزينه "سوطارة" تنتعش بـ500 ألف دولار

تلقى نادي اتحاد العاصمة سارة من الاتحاد الإفريقية لكرة القدم، بعد تتويج أبناء "سوطارة" بكأس السوبر الإفريقي. وكشفت "الكاف" في بيان لها أمس، أن اللجنة لجنته التنفيذية وافقت على مقترح زيادة مالية خاصة بالمنتوج بكأس السوبر الإفريقي. وحسب الموقع الرسمي، لـ "الكاف"، فإنه تم رفع النسبة إلى 30 ألف، فسي مجموع جوائز كأس السوبر الإفريقي الذي كان



من نصيب اتحاد الجزائر عقب الفوز على الأهلي المصري بهدف دون زد بمدينة الطائف السعودية. وسيكون نصيب اتحاد الجزائر، مكافأة قدرها 500 ألف دولار أمريكي، في وقت حصل فيه الفائز في النهائي الماضي على 200 ألف دولار أمريكي. وفي الوقت نفسه سينتج الأهل، على مبلغ 250 ألف دولار، مقارنة بما مضى حيث تم منح الوصيف مبلغ 125,000 دولار أمريكي. يذكر أنه في عام 2022، بلغ إجمالي الجوائز المالية لكأس السوبر 325 ألف دولار أمريكي وفي عام 2023 ارتفع السعر الإجمالي إلى 750 ألف دولار أمريكي.

إدارة الاتحاد تبرمج سفيرة المغرب هذا الخميس

وعلى صعيد آخر، برمجت إدارة اتحاد العاصمة سفيرة الفريق نحو المغرب هذا الخميس، تحسبا لمواجهة نادي الفتح الرباط في ذهاب الدور التمهيدي الثاني لكأس الكونفدرالية الإفريقية لكرة القدم، ويراهن ممثل الكرة الجزائري على تأكيد علو كعبه والعودة بنتيجة إيجابية من المغرب لتسهيل أمورنا في لقاء العودة. سفين ع.

مولودية وهران

"الجمراوة" يستقبلون منافسيهم بملعب مياود هدا في

كشفت إدارة نادي مولودية وهران، أن الرابطة المحترفة لكرة القدم وافقت على طلبها باستقبال منافسيها على ملعب ميلود هدا في خلال الموسم الكروي الحالي. وأكدت إدارة النادي الوهراني في بيان على صفحتها الرسمية على "الفيسبوك": "في خطوة جديدة لبداية عهد جديد لنا، سيتم رسميا استقبال منافسينا للموسم الكروي الجديد ضمن البطولة المحترفة الأولى موبليس بمركب ميلود هدا في بداية من الجولة المقبلة أمام شبيبة الساورة". وكانت إدارة "الجمراوة" قد تقدمت بطلب لتحويل لقاءات الفريق إلى ملعب ميلود هدا الذي كان قد وضعه الحارس القضائي كخييار أول، لكن شركة "هيبروك" مالكة أغلبية أسهم الفريق، أبدت رغبتها في نقل المباريات إلى ملعب وهران الجديد. وبهذا ستكون أول مباراة لمولودية وهران على ملعب ميلود هدا في أمام شبيبة الساورة في الجولة الثانية من الرابطة المحترفة الأولى، المقرر إجراؤها يوم السبت المقبل. وعلى صعيد آخر، عادت أشبال المدرب خير الدين ماضي مساء أول أمس، إلى أجواء التحضيرات، بعدما استفادوا من يوم راحة عقب لقاء الجولة الافتتاحية أمام أولمبي الشلف، وخاض لاعبو "الجمراوة" حصة الاستئناف بملعب ميلود هدا بتعداد مكتمل، حيث اجتمع المدرب ماضي باللاعبين قبل انطلاق الحصة التدريبية وطالبهم بطي صفحة لقاء الشلف والتركيز على المواجهة القادمة أمام الساورة والتي ستكون مهمة جدا بالنسبة لنادي الغرب، خاصة وأن الفريق بحاجة ماسة إلى تحقيق نتيجة إيجابية بعد المشاكل التي عاشها قبل بداية الموسم الجاري. سفين ع.

الوزارة تدعو لتمويل مشاريع الجمعيات الشبابية لسنة المالية 2023

وجهدت وزارة الشباب والرياضة، دعوة لتمويل مشاريع الجمعيات الشبابية بعنوان السنة المالية 2023. وجاء في بيان الوزارة عبر صفحتها الرسمية عبر الفاييسبوك، أن هذه الدعوة ستكون تحت شعار: «مشاريع تساهم في توسيع خيارات الشباب وتمكينهم من المساهمة في تحقيق أهداف التنمية المستدامة 2030». وأوضح ذات البيان، أن هذه الدعوة ستتمكن الجمعيات الوطنية والمحلية الشبابية، المشاركة بمشاريعها المتضمنة في المحاور الكبرى التالية:

- المحور الأول: اكتشاف ومرافقة المواهب والشباب في مختلف مجالات الإبداع والابتكار.
- المحور الثاني: مرافقة الشباب في مجال التحول الرقمي وصناعة المحتوى.
- المحور الثالث: تعزيز قدرات الشباب في مجال بناء وتسيير المشاريع الجموعية.
- المحور الرابع: مرافقة الشباب في مجال المقاولات وريادة الأعمال.
- المحور الخامس: ترقية العمل التطوعي في أوساط الشباب.
- المحور السادس: ترقية السياحة والحركية الشبابية الموضوعاتية.
- المحور السابع: حماية ووقاية الشباب من الأزمات الاجتماعية.
- المحور الثامن: حماية وترقية الموروث الثقافي الجزائري المادي واللامادي.
- المحور التاسع: ترسيخ قيم المواطنة والذاكرة لدى الشباب.
- ونوه ذات البيان، للجمعيات الشبابية المحلية، والوطنية الراغبة في المشاركة، اللجوء إلى المنصة الرقمية للوزارة والمخصصة للجمعيات لملأ دفتر الشروط.

مهدى

إدارة اتحاد العاصمة تتقدم بالشكر للرئيس تبون

تقدمت إدارة نادي اتحاد العاصمة أمس الإثنين، بالشكر للرئيس تبون ورئيس مجلس الأمة ومدير الرياضات العسكرية بوزارة الدفاع الوطني بعد تهنئة الفريق بالتتويج بكأس السوبر الإفريقي 2023. وجاء في بيان الفريق عبر صفحتها الرسمية عبر الفاييسبوك، «تقدم إدارة اتحاد العاصمة ممثلة في رئيسها، سيد أحمد أعراب، بخالص عبارات الشكر والتقدير لرئيس الجمهورية السيد عبد المجيد تبون، وكذا رئيس مجلس الأمة، ومدير الرياضات العسكرية بوزارة الدفاع الوطني ولكل الهيئات والأندية والشخصيات التي هنأت فريقنا نظير تتويجه بكأس السوبر الإفريقي». وختمت إدارة الاتحاد ببيانها: «إن شاء الله المزيد من التتويجات ودامت أفراح إتحادنا..».

مهدى

الفاف تعلن استئناف الدورات التكوينية العادية لرخصة "CAFA"

أعلنت المديرية الفنية للمنتخبات الوطنية التابعة للاتحادية الجزائرية لكرة القدم، الأحد، عن استئناف الدورات التكوينية للمدربين للحصول على شهادات التدريب من صنف "كاف A". وحسب بيان الموقع الرسمي للفاف، فإن المدير الفني للمنتخبات الوطنية، مصطفى بسكري، أشرف على افتتاح إطلاق الدورات التكوينية بصفند جرجرة بتيكية ولاية البويرة. وأوضح البيان، أن المديرية الفنية للمنتخبات الوطنية سيتم تدعيمها بالمدرّب فؤاد شيحة الذي قدم دروس في افتتاح هذه الدورة التكوينية. كما سيتضمن العديد من المدربين الحاصلين على شهادات الكاف لتدعيم المديرية الفنية للفاف.

مهدى

ألعاب القوى / ملتقى أوجين (الدوري الماسي):

سجياتي

يحل ثالثا في سباق 800 متر ويحقق ثاني أفضل توقيت جزائري

حل العداء الجزائري جمال سجياتي، في المرتبة الثالثة في نهائي سباق الـ 800 متر (رجال)، ضمن فعاليات اليوم الثاني لنهاية الجولة الأخيرة لملتقيات الدوري الماسي لألعاب القوى بأوجين بالولايات المتحدة الأمريكية. وحقق سجياتي زمنا جيدا قدر بـ 1 د 43 ث / 06 ج، منجزا بذلك أفضل توقيت شخصي له و ثاني أفضل رقم جزائري في سباق الـ 800 متر. وأصبح البطل الجزائري يملك ثاني أفضل رقم في تاريخ الجزائر في سباق الـ 800 م بعد رقم البطل الأولمبي توفيق مخلوفي بـ 47 ج. وعادت الكلمة الأخيرة في هذا السباق للكينيني إيمانويل ونيوني بزم من قدره 1 د / 42 ث / 80 ج متبوعا بالكندي أروب ماركو في المركز الثاني، بوقت قدره 1 د / 42 ث / 85 ج.

مهدى

تصفيات كأس إفريقيا سيدات 2024 / أوغندا - الجزائر:

المنتخب الوطني النسوي يشرع في تحضيراته بمدينة انتيبي الأوغندية

التحق المنتخب الوطني النسوي (1) بمدينة انتيبي، تحسبا لمقابلة الذهاب من الدور التصفيي الأول لكأس إفريقيا للأمم 2024 ضد منتخب أوغندا، المقررة يوم غد، حسب ما أفادت به الاتحادية الجزائرية للعبة. وأوضح بيان الهيئة الفدرالية أن بعثة المنتخب الوطني قد حلت بالمدينة الأوغندية بكامل تعدادها من اللاعبات المحليات والطاقم الفني، فيما التحقت اللاعبات اللاتي ينشطن بالخارج في السهرة. وتحسبا لهذه المواجهة كان المدرب الوطني فريد بن ستيبي قد وجه الدعوة لـ 25 لاعبة، 5 ينشطن بالخارج. وفور الوصول إلى أوغندا، استأجرت فتيات المنتخب الوطني من حصة استرجاع خفيفة بمقر الإقامة وكانت متبوعة بحصة علاج للاعبات اللاتي كن بحاجة لها وذلك وفق البرنامج المسطر. وتحسبا لهذه المواجهة المزدوجة كان المنتخب الوطني قد لعب مقابلتين وديتين ضد نظيره السنغالي شهر جويلية المنصرم بداراكر انهزم فيهما على التوالي بـ (1-3) و (0-4). وتقام مواجهة المنتخب الوطني النسوي مع نظيره الأوغندي يوم 20 سبتمبر 2023 بأوغندا ابتداء من الساعة 16:00 بملعب المركز الرياضي التابع للاتحاد الأوغندي لكرة القدم، فيما سيلعب لقاء العودة في الـ 26 من ذات الشهر على الساعة 19:00 بملعب ميلود هدي بوهران. وفي حال التأهل ستواجه زميلات نغازي يمينة في الدور المقبل، الفائز من مباراة بورندي وإثيوبيا. وتعود آخر مشاركة للمنتخب الوطني النسوي في نهائيات كأس إفريقيا، إلى دورة 2018 التي جرت بقانا و خرج فيها المنتخب في الدور الأول، علما أن المنتخب النسوي قد شارك في دورات (2004 و 2006 و 2010 و 2014). وتشارك 42 تشكيلة في تصفيات كأس إفريقيا 2024، التي ستقام في شكل مقابلات ذهاب وعودة عبر دورين تصفيويين، علما أن منتخب جنوب إفريقيا حامل البطل وزامبيا نائبة البطل معفيين من الدور الأول للمنافسة التي تقام دورتها النهائية بالمغرب. وعليه سينشط الدور الأول من قبل 40 منتخبا، سيسفر عن تأهل 20 منتخبا بالإضافة إلى المنتخبين المعفيين، إلى الدور الثاني.

مهدى



تأجيل انطلاق منافسات القسم الثاني

أعلنت الرابطة الوطنية لكرة القدم "هواة"، عن قرار يخص انطلاق منافسات القسم الثاني، وجاء ذلك بعد تشاور الاتحاد الجزائري لكرة القدم مع أعضاء المكتب التنفيذي. وأكدت الهيئة الكروية، أنه أمام الصعوبات المتعددة التي تواجهها بعض الأندية في التحضير لموسم 2023/2024 خاصة فيما تعلق البيئية التحتية والتنظيمية والمالية فإنه تم التأجيل الاستثنائي لانطلاق بطولتي الأكاير والرديف إلى غاية الـ 29 و الـ 30 من سبتمبر الجاري.

مهدى

البطولة العربية للدراجات (تحضيرات):

مشاركة 5 دراجين من ولاية قسنطينة في تربص الفريق الوطني

يشارك خمسة (5) دراجين من ولاية قسنطينة في تربص الفريق الوطني لذات الاختصاص المقام بالقطب الرياضي المرحوم عبد الحميد دعماش بالولاية وذلك تحضيرا للبطولة العربية المزمع إجراؤها نهاية شهر ديسمبر المقبل، حسب ما علم أمس من ممثل الاتحادية الجزائرية للدراجات و قسنطينة لذات



الرياضة، ياسين لافالة. وفي تصريح لـ /أج، أوضح ذات المتحدث أن الأمر يتعلق بخمسة دراجين من الأواسط تم استدعاؤهم للمنتخب الجزائري للدراجات نظير تألقهم في مختلف المنافسات الوطنية، مشيرا إلى أن هذه "المشاركة القوية" لدراسي قسنطينة في تمثيل الفريق الوطني تعكس حجم الجهود التي تقوم بها أندية هذه الولاية في تكوين الكفاءات الشبابية في هذا الاختصاص الرياضي. وأضاف ذات المصدر أن المنتخب الوطني لفتني الأشبال والأواسط قد شرع في هذا التربص التحضيري يوم الجمعة الفارط بتعداد 20 دراجا من الأشبال يدرّبهم حمزة مرج و 12 دراجا في صنف الأواسط تحت إشراف المدرب إلياس لروي. و وفق لنفس المسؤول "ينتظر أن يجري الفريق الوطني لدى هاتين الفئتين تربصات أخرى حيث سيتم انتقاء 8 دراجين فقط من كل فئة لتمثيل الجزائر في البطولة العربية المقبلة بالسعودية" مبرزا أنه عملية الاختيار ستتم على أساس اختبارات السرعة واللياقة البدنية. ويتضمن هذا التربص منافستين يومي 23 و 30 سبتمبر 2023 بين الرياضيين تكون مفتوحة للراغبين في المشاركة من تنظيم رابطة قسنطينة. وأكد ياسين لافالة أن رابطة قسنطينة للدراجات قد عملت بالتنسيق مع مديرية الشباب والرياضة على توفير كل الإمكانيات ووضع كل مرافق القطب، من مسج وقاعة كمال الأجسام، وقاعات العلاج والتدليك و مسالك السباق، بالإضافة إلى العتاد البيداغوجي وكذا خدمتي الإطعام والإيواء ووسائل الترفيه تحت تصرف النخبة الوطنية خلال هذا التربص الذي سيتواصل إلى غاية 30 سبتمبر الجاري.

مهدى

سلسلة نجاحات إنتر ميامي تتوقف مع غياب ميسي وألبا

تعرض إنتر ميامي في غياب نجمه ليونيل ميسي، لأول هزيمة منذ وصول النجم الأرجنتيني، وذلك بعدما خسر، أمام أتلانتا يونايتد بنتيجة 2-5. وسجل هدفي إنتر ميامي من تريسنتان مويوميا وبروكس لينون وجورجوس جياكوماكيس وتايلر وولف وكمال ميلر (خطأ في مرماه). ومنذ وصول ميسي إلى نادي إنتر ميامي، في جويلية الماضي، لم يخسر الأخير طوال 12 مباراة، حيث حقق 11 انتصاراً وتعادلاً وحيداً، لينهي أتلانتا سلسلة نجاحات فريق المدرب الأرجنتيني تاتا مارتينو. وغاب عن اللقاء إلى جانب ميسي، اللاعب الإسباني جوردي ألبا، حيث أراد مارتينو الحفاظ على نجمه الأرجنتيني، في ظل الاستحقاقات الكثيرة التي تنتظر الفريق. وبهذه النتيجة، تجمد رصيد إنتر ميامي عند 28 نقطة بعد مرور 27 جولة، وهو الذي يسعى للتأهل إلى المراحل النهائية في الدوري الأمريكي، حيث يجب عليه احتلال المركز التاسع (آخر المراكز المؤهلة)، ويحتله حالياً نادي دي سي يونايتد التاسع برصيد 35 نقطة من 29 جولة.

نيمار ينشر سحره ويبدأ صراع الزعامة مع رونالدو

شقّ البرازيلي نيمار نجم نادي الهلال، طريق مزاحمة نظرائه من نخبة لاعبي العالم في دوري روشن السعودي للمحترفين، فتقاسم نجومية الجولة السادسة مع نجم النصر البرتغالي كريستيانو رونالدو. وساهم نيمار في صناعة 4 من أهداف فريقه الـ6، فيما انتزع الـدور "صدارة الهادفين، في فصل جديد من فصول الإثارة.

4 دقائق فقط كانت كافية لنجم باريس سان جيرمان سابقاً حتى يبدن بداية ساحرة مع الهلال، الذي أمطر منافسه الرياض، مستعيداً الصدارة من براثن نمور جدة، الذين قادهم نجمهم الفرنسي كريم بنزيما إلى تحقيق فوز صعب على الأخدود. واستعاد أهلي جدة حضوره القوي بعد "تكسة" الخماسية أمام الفتح، ليقتنص فوزاً مثيراً من التعاون "المجتهد"، بينما حقق النصر انتصاره الرابع توالياً، بعد التعثر بأول جولتين، ليحافظ على وتيرة تهديفية مرتفعة، كان الرائد آخر ضحاياها، بثلاثية ماني والعائد

تاليسكا ورونالدو. ويتصدر رونالدو الهادفين بـ7 أهداف، متقدماً على زميله ماني وقائد الهلال سالم الدوسري، ولكل منهما 6 أهداف.

بعد أسبوع فقط من ارتقائه صدارة هدافي منتخب "السامي" بـ79 هدفاً، متجاوزاً الجوهرة السوداء بيليه، واصل نيمار (31 عاماً)، توهجه الضماني مؤكداً جاهزيته الكاملة لمسابقة دوري أبطال آسيا التي يستهلها "الزعيم" غداً الاثنين أمام نافباخور نامنجان الأوزبكي، بحثاً عن لقب خامس يحرز به رقمه القياسي في البطولة القارية.

بنزيمة: الدوري السعودي في طريقه ليكون الأفضل في العالم

شدد المهاجم الفرنسي كريم بنزيما (35 عاماً) على أن الدوري السعودي يسير بخطى ثابتة ليكون الأفضل في العالم، وذلك على هامش المؤتمر الصحفي لمباراة (التمور) أمام أجمك الأوزبكي وقال بنزيما، الذي أتى إلى الاتحاد مطلع الموسم الجاري (2023-2024) من ريال مدريد الإسباني بالمجان: "الدوري السعودي في طريقه ليكون الأفضل في العالم.. هذا سيحدث، إذا زاد عدد اللاعبين المحترفين في الأندية".

وتابع الدولي الفرنسي السابق: "تنامي عدد اللاعبين المحترفين الأجانب سيساعد في تطور الدوري أكثر وأكثر، وسيزيد من حدة التنافس في المسابقة".

وبخصوص الظهور الأول للاتحاد في دوري أبطال آسيا قال بنزيما: "نحن مستعدون لهذه البطولة المهمة والمباراة الصعبة، يضيف: "نحن مجموعة جيدة ومتماسكة وتتطور باستمرار، وسنتهم بهذه النقطة للتقدم أكثر.. أنا راضٍ عما قدمته إلى الآن مع الاتحاد، أملك الدافع والحافز لتقديم أفضل ما يمكن، وكل ما أريده هو تحقيق البطولات".

ولم يحقق الاتحاد لقب كأس دوري أبطال آسيا منذ عام 2005، ويهدف بقيادة بنزيما، إلى حصد اللقب الثالث تاريخياً. وحقق بنزيما انطلاقة مميزة مع الاتحاد في الدوري السعودي، حيث سجل 3 مآزٍ وقدم تمريرتين حاسمتين في 6 جولات، ليسهم في احتلال فريقه الترتيب الثاني على اللوحة بواقع 15 نقطة، خلف الهلال (المتصدر 16).

إقالة سكيلوتو من منتخب باراغواي بعد البداية الكارثية في تصفيات كأس العالم



أعلن اتحاد باراغواي لكرة القدم بشكل رسمي إقالة المدرب جيبيرمو باروس سكيلوتو، المدير الفني للمنتخب الأول بعد بداية متواضعة بتصفيات كأس العالم 2026

وتعادل منتخب باراغواي سلبيا مع بيرو وخسر بهدف متأخر 1-0 أمام فنزويلا في أول جولتين بالتصفيات دفع المدرب الأرجنتيني الثمن لترك منصبه بعد عامين تقريبا.

وقال اتحاد باراغواي في بيان: "يعلن الاتحاد انتهاء المهمة التي قادها المدرب جيبيرمو باروس سكيلوتو في تدريب المنتخب".

وخلف باروس سكيلوتو مواثنه إدواردو بيريزو في أكتوبر 2021 وحقق أربعة انتصارات في 17 مباراة.

وتحتل باراغواي، التي تأهلت لآخر مرة إلى كأس العالم في نسخة جنوب أفريقيا 2010، المركز السادس بتصفيات أمريكا الجنوبية المؤلفة من عشرة منتخبات.

وتتنافس 10 منتخبات هي قوام اتحاد أمريكا الجنوبية لكرة القدم "كونميبول" على مقاعد القارة المؤهلة إلى النسخة الأكبر من كأس العالم، والتي تشهد للمرة الأولى مشاركة 48 منتخبا.

وانطلقت تصفيات أمريكا الجنوبية المؤهلة إلى كأس العالم 2026

بداية من فترة التوقف الدولي في سبتمبر 2023، وتواصل على مدار عامين حتى سبتمبر 2025، وبإقامة 18 جولة تشهد 90 مباراة بين المنتخبات المشاركة في التصفيات.



بقميص خاص.. مارسيليا يتضامن مع ضحايا المغرب وليبيا

خصص نادي أولمبيك مارسيليا الفرنسي قميصا جديدا لدعم ضحايا زلزال المغرب وإعصار دانيال في ليبيا، في مباراة الفريق أمام تولوز التي لعبت أول أمس في مسابقة الدوري الفرنسي. وقال مارسيليا عبر حسابه بمتصا إكس (تويتر سابقا) إنه أصدر قميصا خاصا لدعم ضحايا زلزال المغرب وإعصار دانيال في ليبيا والمقربين بالآلاف، حيث وضع علمي البلدين على صدر القميص، ويجانبه جملة (مارسيليا متضامنة). وسيطرح مارسيليا القميص الجديد للبيع في مزادات علنية تحت إشراف منظمة (MatchWornShirt) مع تخصيص كل العوائد لدعم الضحايا في ليبيا والمغرب.

وكانت مؤسسات وأندية عالمية قد أعربت عن تضامنها مع ضحايا ليبيا والمغرب، مثل نادي ريال مدريد وبرشلونة الإسباني، فيما خصصت رابطة الدوري الإنجليزي دقيقة صمت في مباريات الجولة الخامسة حدادا على أرواح الضحايا.



أنشيلوتي: لم نمتلك مهاجما مثل خوسيلو في السنوات الأخيرة!

كال كارلو أنشيلوتي، المدير الفني لريال مدريد، المدير لمهاجمه خوسيلو، عقب الانتصار (1-2) خلال مواجهة ريال سوسيداد، مساء الأحد، ضمن منافسات الجولة الخامسة من الليغا، على ملعب "سانتياغو برنابيو". وقال أنشيلوتي، خلال تصريحات نقلتها صحيفة "ماركا" الإسبانية: "علينا تقييم الأمور. من 5 مباريات بدأنا في 3 منها بتلقي هدف. الجيد هو أننا تمكنا من تعديل النتيجة فيها، لكن علينا تجنب ذلك". وأضاف: "كان من الصعب بالنسبة لنا الدخول في المباراة وقد فعلنا ذلك بفضل طاقة الفريق.. اعتقد أننا في الوقت الحالي قادرون على اللعب بشدة تجعل من الصعب على المنافسين مجاراتنا". وتابع: "اعتقد أن الشوط الأول لم يكن سيئا.. حاولنا الضغط من الأمام وأن نكون أكثر قوة، والهدف الذي تلقيناه كان حدثا نتوقعه وكان مخططا للتعامل مع هذا الموقف، لكن في بعض الأحيان يكون لدى الخصم الجودة لتنفيذه.. لم يتغير الكثير في الشوط الثاني، لكن إيقاعهم كان صعبا للغاية". وأوضح: "لقد تعرضنا لضغط قليل، وأيضا قام كويو بمستوى رائع، لكن فران غارسيا قدم تمريرتين رائعتين سمحتا لنا بالظفر في المباراة." وعن خوسيلو، علق: "هو بالنسبة لنا خيار هجومي لأنه يلعب بشكل جيد جدا بظهوره ووجهه وهو خطير جدا في منطقة الجزاء. نحن نعرف ما يمكن أن يقدمه". وحول تغيير خوسيلو فور تسجيله الهدف، أضاف: "كان من المفترض أن يخرج حتى لو لم يسجل. الشكوك جاءت بعد هدف الفريق الثاني، لكننا اعتقدنا أننا نمتلك لاعبين أكثر حيوية عندما قمنا بالتبديل". وزاد: "المهاجم الصريح مركز مهم لأنه ليس لدينا أي لاعب يتمتع بهذه الصفات وفي السنوات السابقة لم تكن نملك شخصا بهذا النوع من المهارات التي لدى خوسيلو". واستكمل: "لقد لعب بيلينجهام مباراة جيدة، وكانت الأمور صعبة عليه بسبب غلق المساحات لفريق ريال سوسيداد". ونوه: "أعجبني رودريغو لأنه وضع نفسه بشكل جيد بين الخطوط. إنه أحد اللاعبين الأكثر تأثرا بالتوقف الدولي". وأتم: "الأهداف أمر مهم جدا. لدينا العديد من الخيارات فيما يتعلق بالتهديف. ما علينا تجنبه هو تلقيها".

ريال مدريد يقبل الطاولة على سوسيداد.. ويستعيد صدارة الليغا

قلب ريال مدريد تأخره بهدف أمام ضيفه ريال سوسيداد إلى فوز (1-2)، مساء الأحد على ملعب سانتياغو برنابيو، في الجولة الخامسة من الدوري الإسباني. وتقدم سوسيداد بهدف أحرزه أندريه بارينتشيا في الدقيقة 4، وتمكن الريال من تعديل النتيجة عن طريق فيديريو فالفيديري في الدقيقة 46، ثم أضاف خوسيلو الهدف الثاني في الدقيقة 60. واستعاد ريال مدريد صدارة جدول ترتيب، بعدما رفع رصيده إلى 15 نقطة، بفارق نقطتين أمام برشلونة، فيما توقف رصيده سوسيداد عند 6 نقاط في المركز 11. بدأت المباراة بضغط من الضيوف، ونجح بارينتشيا في التسجيل، حين سدو كرة تصدى لها كيبا قبل أن ترتد منه ويضعها أندريه في الشباك. وحاول رودريغو العودة في النتيجة، إذ تلقى تمريرة بيئية من بيلينجهام وانطلق وسدد كرة لكنها وصلت بين أحضان الحارس أليكس ريميرو. وأضاف كويو الهدف الثاني لكن حكم المباراة ألقاه بداعي التسلل على الياباني، ثم صوب مينديز صاروخية لامست القائم الأيمن للحارس كيبا. وانطلق كارفاخال ومرر لخوسيلو الذي سدد لكن الكرة ارتطمت بالعارضة الأفقية لترتد أمام رودريغو الذي صوب لكن مرت بعيدا عن المرمى. ومرر بيلينجهام كرة ساقطة نحو كارفاخال داخل المنطقة، والذي سدد على الطائر لمباغنة الحارس ريميرو والذي تألق في التصدي لها. وحاول بيلينجهام التسديد لكن ريميرو تصدى لها، ثم صوب ميريانو بالرأس لكن كيبا تألق وأبعدها، وانتهى الشوط الأول بتقدم سوسيداد (0-1). ومع بداية الشوط الثاني، نجح فالفيديري في تسجيل هدف التعادل إذ تلقى تمريرة عرضية عبر فران غارسيا وصوب أقصى يمين ريميرو. وأضاف خوسيلو الهدف الثاني لريال مدريد إذ تلقى تمريرة عرضية من فران غارسيا، وارتقى وسدد في شباك الحارس ريميرو. واحتسب حكم المباراة ركلة حرة للريال على حدود منطقة الجزاء، انبرى لتنفيذها كروس، الذي سدد كرة لامست القائم الأيسر لريميرو. وحافظ ريال مدريد على التقدم في النتيجة في الربع ساعة الأخيرة من المباراة، ليواصل سلسلة انتصاراته في الليغا للجولة الخامسة على التوالي.

فالفيديري؛ أنشيلوتي حفرنا بكلمتين أمام سوسيداد

كشف فيدي فالفيديري لاعب وسط ريال مدريد، كلمات مديره كارلو أنشيلوتي بين شوطي مواجهة ريال سوسيداد، التي انتهت بفوز الملكي (1-2)، على ملعب سانتياغو برنابيو، مساء الأحد، ضمن منافسات الجولة الخامسة من الليغا. وكان ريال مدريد قد أنهى الشوط الأول متأخرا بهدف دون رد، قبل أن يقبل الطاولة في الشوط الثاني بثنايئة عن طريق فيديري فالفيديري وخوسيلو. وقال فالفيديري، خلال تصريحات نقلتها صحيفة "أس" الإسبانية: "لقد لعبنا العديد من المباريات ولم نسجل في الشوط الأول، وواصلنا المحاولة وسجلنا هدفين، ونستحق الانتصار". وأضاف: "أنشيلوتي قال لنا إننا بخير، وهناك مباريات لا تسير فيها الأمور على ما يرام، ولحسن الحظ تمكنا من قلب النتيجة". وعن تسجيله الهدف الأول، أوضح: "لا أصدق ذلك، أنا سعيد، وأي شيء يمكنني القيام به لمساعدة الفريق يجعلني سعيدا". وأتم: "خوسيلو نجم، وهو موجود دائما لمساعدتنا، وفي الشوط الأول لم يتمكن من التسجيل، لكنه ضغط وبذل جهدا كبيرا، ولحسن الحظ تمكن أخيرا من زيارة الشباك". بهذا الانتصار استعاد ريال مدريد صدارة جدول ترتيب الليغا برصيد 15 نقطة، بفارق نقطتين عن الوصيف برشلونة، بينما تجدد رصيده ريال سوسيداد عند 6 نقاط في المركز عشر.

فالفيديري ينهي صيامه في الليغا

أنهى الأوروغوياني فيدي فالفيديري، لاعب خط وسط ريال مدريد، صيامه عن التسجيل في الليغا، وذلك خلال مواجهة ريال سوسيداد، مساء الأحد، ضمن منافسات الجولة الخامسة من المسابقة، على ملعب "سانتياغو برنابيو". ومع بداية الشوط الثاني، نجح فيديري في تسجيل هدف التعادل لريال مدريد (1/1) في الدقيقة 46، إذ تلقى تمريرة عرضية من الطرف الأيسر عبر فران غارسيا وصوب أقصى يمين الحارس ريميرو. وبحسب شبكة "أوبتا" للإحصائيات، فإن فالفيديري سجل ثاني أهدافه في الليغا في عام 2023، حيث كان الأول في فيفري الماضي ضد أوساسونا. وأضافت الشبكة: "فالفيديري أنهى سلسلة من 16 مباراة متتالية دون تسجيل أي هدف في البطولة".



الرباعي المتألق يدفع برشلونة لقرار بشأن بيدري

قتر برشلونة، تأجيل موعد عودة نجمه بيدري غونزاليس، للمشاركة في المباريات. كان بيدري، أصيب في العضلة المستقيمة الفخذية، يوم 24 أوت الماضي، وسبق أن أجل برشلونة عودته إلى منتصف أكتوبر المقبل. وقالت صحيفة "سبورت" الإسبانية، إن عودة بيدري للمباريات مهددة بالتأجيل إلى آخر أكتوبر المقبل، لكن الأمر يعتمد على حالته عند العودة إلى التدريبات. وأشارت: "برشلونة يرى أنه من الضروري عدم إجبار بيدري على العودة سريعا؛ تجنباً لتعرضه لانتكاسات، وفي غضون أيام قليلة سيتدرب بمفرده". وأوضحت: "موعد عودة بيدري للتدريبات الجماعية لم يتم التفكير فيه حتى الآن، والتطور الإيجابي لحالته أثناء المران الفردي سيسهل عودته". وذكرت: "هناك احتمالية أن تكون عودة بيدري ضد بيلباو يوم 22 أكتوبر المقبل، أو الكلاسيكو يوم 28 من الشهر ذاته، لكن يعتمد ذلك على تطور حالته الجسدية". وأردفت: "الحالة الجيدة التي يمر بها جافي، وروميرو، وفريتيكي دي يونغ، بالإضافة لتطور الكاي غوندوغان، تدعو إلى عدم المخاطرة بعودة بيدري سريعا". وسبق أن تعرض بيدري للإصابة نفسها يوم 16 فيفري 2023 في لقاء ضد مانشستر يونايتد، أبعدته عن الملاعب لمدة شهرين.

فران غارسيا؛ أنشيلوتي يطالب الظهيرين بالمساعدة

منح فران غارسيا، لاعب ريال مدريد، الفضل لمدربه كارلو أنشيلوتي في الانتصار (1-2) على ريال سوسيداد، مساء الأحد، ضمن منافسات الجولة الخامسة من الليغا على ملعب "سانتياغو برنابيو". وسجل لريال مدريد، فيدي فالفيديري في الدقيقة 46، وخوسيلو في الدقيقة 60 بصناعة من فران غارسيا. وقال غارسيا، خلال تصريحات نقلتها صحيفة "أس" الإسبانية: "اعتقد أننا أنجزنا عملنا في الشوط الثاني، وحصدنا النقاط الثلاث، وهذا هو الشيء المهم". وأضاف: "العودة للعب في البرنابيو جعلتنا نشعر بحبة الجماهير، وهذا ساعدنا كثيرا خلال اللقاء.. أنشيلوتي يطلب من الظهيرين المساعدة، ويمتحننا مساحة واسعة في الملعب لتقديم أفضل مستوى لدينا". وأتم: "دوري الأبطال هو المنافسة التي يحبها الجمهور، وعلينا أن نحاول إعادهم مع بداية البطولة هذا الأسبوع". وبهذا الانتصار، استعاد ريال مدريد صدارة جدول ترتيب الليغا برصيد 15 نقطة، بفارق نقطتين عن الوصيف برشلونة، بينما تجدد ريال سوسيداد عند 6 نقاط في المركز 11.

رغم أزمته.. ريال مدريد ينتظر عرض مانشستر يونايتد

بات ريال مدريد منفتحاً على انتقال أحد لاعبيه البارزين إلى صفوف مانشستر يونايتد في الميركاتو الشتوي المقبل. ووفقاً لشبكة "ديفنسا سترال" الإسبانية، يسعى مانشستر يونايتد للحصول على خدمات النمسوي ديفيد ألبا، مدافع ريال مدريد، في الشتاء. وأشارت الشبكة الإسبانية، إلى أن ريال مدريد منفتح على بيع ألبا. ويدعم رحيل المدافع النمسوي أنه يحصل على أحد أعلى الرواتب في كتيبة المدرب كارلو أنشيلوتي. وأوضحت أن ألبا يرفض الانتقال إلى المنطقة العربية، وإذا رحل سيكون إلى الشياطين الحمر، لكن بشرط حصول الريال على 40 مليون يورو. وذكرت أن ريال مدريد سيتعاقد مع مدافع جديد على الفور، إذا رحل ألبا عن صفوفه في الشتاء، في ظل إصابة إيدير ميلىتاو بالرباط الصليبي. وسبق أن ذكرت تقارير بأن ريال مدريد معجب بلوكاس كلوسترمان، مدافع لايبزيغ، البالغ 27 عاماً، والذي ينتهي عقده في الصيف المقبل.

هايدنهايم يُطيح ببريمن ويسجل أول فوز في "البوندسليغا"

حقق هايدنهايم فوزًا تاريخيًا هو الأول له في دوري الدرجة الأولى الألماني لكرة القدم، وجاء على حساب ضيفه فيردر بريمن 2-4 الأحد في المرحلة الرابعة من الموسم الجديد. وبعدما بدأ مشواره الأول على الإطلاق بين الكبار بهزيمتين وتعادل كان يلطم الفوز في المرحلة الماضية على أرض مضيفه بوروسيا دورتموند وصيف البطل بنتيجة 2-2 حينما كان متخلفًا بهدفين، نجح هايدنهايم الأحد في الخروج منتصرًا على حساب ضيفه بريمن الذي يبدو أنه يعاني من عقدة على أرض منافسه؛ إذ خسر عليها عام 2011 في مسابقة الكأس (2-1)، ثم تعادل في إياب ملحق الهبوط والصعود عام 2020 (2-2)، وخسر في دوري الدرجة الثانية عام 2022 (2-1). وأنهى هايدنهايم الشوط الأول متقدمًا بهدفين نظيفين عبر تيم كلاينديست (5 من ركلة جزاء) وإيرين دينكسي في الدقيقة (44) الذي كان يواجه فريقه الأصلي بما أنه معار من بريمن حتى نهاية الموسم الحالي. لكن بريمن عاد إلى اللقاء في الشوط الثاني وقلص الفارق عبر مارفن دوكلش الذي تابع برأسه ركلة جزاء نفذها بنفسه وصدها الحارس في الدقيقة (49)، وميتشل وايزر في الدقيقة (64). إلا أن دينكسي ضرب مجددًا وأعاد فريقه إلى المقدمة بهدفه الشخصي الثاني في الدقيقة (68)، قبل أن يحسم يان-نيكلاس بيست النتيجة بهدف رابع لأصحاب الأرض في الدقيقة (76)، مؤكدًا بذلك الهزيمة الثالثة هذا الموسم لبريمن في أربع مباريات. وقال دينكسي (21 عامًا) عن مواجهة فريق مسقط رأسه، قائلاً: "إنه شعور رائع. سجلت ثنائيتي الأولى في الدوري الألماني وجاءت ضد بريمن بين جميع الفرق الأخرى". مضيفًا لشبكة "إازون" لثبث التفدقي: "عائلتي بأكملها هنا اليوم، وبالتالي لا يمكن للأمر أن تكون أفضل من ذلك". وجاء الفوز الأول لهايدنهايم مع المدرب الألماني في ذكرى احتفال مديره فرانك شميدت باستلامه المهمة قبل 16 عامًا، ما يجعله المدرب الأكثر خدمة مع فريق واحد في تاريخ الدوري الألماني. واستلم إين 49 عامًا مهمة الإشراف على الفريق في 2007 حين كان ينافس في الدرجة الخامسة، لكنه رفض الأحد تحميل الفوز على بريمن أكثر مما يستحق، قائلاً: "لا شيء خارق في الفوز الذي تحقق اليوم. كانت مجرد مباراة رائعة في كرة القدم". وفزط دارمشتات بفوزه الأول في الدرجة الأولى منذ تغلبه على فرايبورغ 3-0 في 29 أبريل 2017، وذلك بتعادله مع ضيفه بوروسيا مونشنغلادباخ 3-3 بعدما كان متقدمًا 3-0. وبدأ دارمشتات مشواره عودته إلى البوندسليغا للمرة الأولى منذ موسم 2016-2017 بثلاث هزائم متتالية، لكنه بدأ عازمًا الأحد على تحقيق انتصاره الأول، منهيًا الشوط الأول أمام ضيفه القادم من تعادل وهزيمتين في المراحل الثلاث الأولى متقدمًا بثلاثية مارفين ميهليم في الدقيقة (8) والكرواتي ماتى ماغليتشا في الدقيقة (10) وتيم سكاركه في الدقيقة (33). لكن بعدما اضطرت لإكمال اللقاء بعشرة لاعبين نتيجة طرد ماغليتشا بسببه بركلة جزاء أهدرها البديل التشيكي توماش كفافنتشارا في الدقيقة (51)، استفاد مونشنغلادباخ من التفوق العددي ليقلص الفارق بواسطة الأمريكي جوردان سيباتشيوف في الدقيقة (56) ثم البديل فلوريان نيوهاوس في الدقيقة (73)، قبل أن يعوّض كفافنتشارا ركلة الجزاء الضائعة بإدراكه التعادل في الدقيقة (77)، ليمنح فريقه نقطته الثانية في مستهل الموسم الجديد.

دورتموند قبل لقاء سان جيرمان؛ قطعنا خطوة للأمام

أكد سيباستيان كيل المدير الرياضي لنادي بوروسيا دورتموند أن فريقه حصل على دفعة معنوية قوية جراء الفوز الصعب على ملعب فرايبورج 2-4 في الدوري الألماني، قبل ملاقاته مضيفه باريس سان جيرمان اليوم الثلاثاء في مستهل مشواره بدوري أبطال أوروبا. وقال كيل الأحد: "لن أقول إن الفريق يقدم أقصى ما في وسعه في الوقت الراهن، بإمكانه تقديم المزيد، لكنني أعتقد أننا قطعنا خطوة للأمام". وتقدم دورتموند عن طريق ماتس هوميلز في الدقيقة 11، قبل أن يسجل لوكاس هولير هدف التعادل لفرايبورج في الدقيقة الثانية من الوقت المحتسب بدلًا من الضائع للشوط الأول. وفي الدقيقة 45+6 سجل نيكولا هولغر الهدف الثاني لفرايبورج، غير أن دورتموند نجح في إدراك التعادل عن طريق دونيل مالين في الدقيقة 60. وعاد هوميلز ليُسجل الهدف الثاني له والثالث لدورتموند في الدقيقة 88، فيما أضاف ماركو رويس الهدف الرابع في 90+2. ورفع دورتموند رصيده إلى 8 نقاط في المركز السابع، فيما تجمد رصيده فرايبورج عند 6 نقاط في المركز التاسع. وأوضح كيل: "كنا ندرِك أنه يتحتم علينا تحقيق النتيجة المرجوة، يمكننا اللعب بشكل أفضل، لكننا قمنا بالكثير من الأمور بشكل أفضل". وأكد أن دورتموند "يتحتم عليه اللعب بشكل جيد حقًا لمواجهة التحديات التي تنتظره في مجموعته الأوروبية الصعبة".

بالأرقام... سجل مقلق لتوخيل أمام مانشستر يونايتد

يأمل مدرب بايرن ميونخ توماس توخيل، تحسين سجله أمام مانشستر يونايتد، عندما يقابله مساء الأربعاء، بافتتاح مشوار الفريقين في مسابقة دوري أبطال أوروبا. وانتقل توخيل لتدريب بايرن ميونخ الموسم الماضي، وهاز مع الفريق يلعب الدوري الألماني، رغم أن النتائج لم تتحسن كثيرًا على جميع المستويات، منذ إقالة المدرب السابق يولييان ناغلسمان. ويتطلع توخيل لانطلاقه مميزة مع بايرن في المسابقة الأوروبية، لكن شاءت الصدفة أن يلقي خصمًا مألوفًا، تسبب له في الكثير من المشاكل، عندما كان مدربًا لفريقي باريس سان جيرمان وتشيلسي. في المجمل، واجه توخيل مانشستر يونايتد كمدرب 7 مرات، وهاز في مباراتين فقط مقابل 3 تعادلات وهزيمتين. البداية كانت عندما ترأس توخيل الهرم التدريبي لفريق سان جيرمان خلال الموسم 2018-2019، حينها تقابل الفريق الفرنسي مع مانشستر يونايتد في الدور ثمن النهائي من مسابقة دوري الأبطال. في المباراة الأولى على ملعب "أولد ترافورد"، قاد توخيل "بي اس جي" للفوز على مضيفه بهدفين نظيفين أحرزهما بريستل كيميبي وكيليان مبابي. لكن المفاجأة حدثت في ملعب "حديقة الأمراء"، عندما صعد مانشستر يونايتد بقيادة مديره النرويجي أولي جونار سولسكاير أصحاب الأرض بفوز ثمين 3-1، ليتأهل الفريق الإنجليزي إلى الدور ربع النهائي. وعاد الفريقان ليتلقيا في دور المجموعات بالموسم 2020-2021، وكرر مانشستر يونايتد فوزه في باريس لكن هذه المرة بنتيجة 2-1. ورد سان جيرمان الصاع في "أولد ترافورد"، بالفوز على يونايتد 3-1، وأحرز نيمار حينها هدفين للفريق الفرنسي، مقابل هدف واحد لمواطنه ماركينوس. وأقبل توخيل من منصبه كمدرب لباريس سان جيرمان، وسرعان ما تولى الإشراف على تشيلسي، حيث تقابل مع مانشستر يونايتد 3 مرات في الدوري الإنجليزي الممتاز، تعادل في جميعها (0-0 و 1-1 و 1-1). ويسعى توخيل في المباراة المقبلة، لتحقيق الفوز الثالث على مانشستر يونايتد، خصوصًا أن المباراة تقام على أرض فريقه وأمام جماهيره العريضة. كما أن توخيل يملك من الأسلحة ما يمكنه من تحقيق ذلك، خصوصًا المهاجم الإنجليزي هاري كين الذي يعرف مانشستر يونايتد عن ظهر قلب بعدما قابله مرارًا وتكرارًا في البريميرليج مع توتنهام خلال السنوات التسع الماضية.

دي ليخت يجهل أسباب قرار توخيل

علق الهولندي ماتياس دي ليخت، مدافع بايرن ميونخ، على قلة مشاركته في التشكيل الأساسي للفريق البافاري، خلال الموسم الحالي. ويعتمد المدرب الألماني توماس توخيل، على ثنائية كيم مين جاي ودابوت أوبامكانو، في قلب الدفاع. وقال دي ليخت، في تصريحات أجزتها صحيفة "بيلد" الألمانية: "ليست لدي أي فكرة عن سبب عدم مشاركتي، علينا أن نسال المدرب". وأضاف: "أفعل كل ما يريده توخيل، لكن في المباراتين الأخيرتين لعبت حوالي عشر دقائق، وفي خط الوسط". وتابع: "لم يخبرني بأي شيء في الوقت الحالي، لكنه ليس مضطربًا لذلك، الشيء الوحيد الذي يمكنني فعله هو العمل على أرض الملعب، أما كل شيء آخر فهو قرار المدرب". وانضم دي ليخت، إلى بايرن ميونخ، في الصيف الماضي، قادمًا من يوفنتوس، مقابل 68 مليون جنيه إسترليني. ويستضيف بايرن ميونخ، نظيره مانشستر يونايتد، على ملعب أليانز آرينا، يوم غد، في افتتاح مباريات الضيفين بالمجموعة الأولى لدوري أبطال أوروبا.

تقارير عن توتر العلاقة بين كيمييتش ومدربه توماس توخيل

عادت العلاقة بين الدولي الألماني جوشوا كيمييتش، نجم بايرن ميونخ، ومدربه توماس توخيل للتدهور مرة أخرى خلال الموسم الكروي الحالي، حسبما ذكرت تقارير إعلامية إسبانية، السبت. ووفقًا لموقع "فوت ميركاتو" نقلًا عن تقرير لصحيفة "موندو ديپورتيفو" الكتالونية، فإن كيمييتش انزعج كثيرًا ولم يتقبل قيام المدرب توماس توخيل باستبداله بزميله المغربي نصير مزراوي بعد مرور ساعة من اللعب في مواجهة باير ليفركوزن التي انتهت بالتعادل (2-2). وأوضح التقرير، أن كيمييتش رفض الاستماع لتبديرات مديره الذي حاول شرح الأمر له عند خروجه من الملعب؛ إذ ظهر اللاعب منزعجًا كثيرًا ولم يفتح بقرار توخيل، وقد أظهر ذلك الاستياء لدى جلوسه على دكة البدلاء. وعقب انتهاء المباراة، أراد الصحفيون الألمان الاستفسار من كيمييتش لدى توجهه إلى غرف تغيير الملابس حول سبب استبداله، فرد عليهم وملامح الاستياء والغضب على وجهه: "اسألوا المدرب". وكان كيمييتش قد ارتبط بالرحيل عن بايرن ميونخ في الصيف الماضي نحو برشلونة الذي أبدى حماسًا للحصول على خدماته، لكن النادي البافاري رفض مطلقًا الدخول في أي مفاوضات من أجل القائد الثاني للفريق. ويرتبط كيمييتش بعقد مع بايرن ميونخ حتى عام 2025، كما خاض اللاعب 80 مواجهة دولية، مسجلًا 6 أهداف مع المنتخب الألماني.



أرتيتا بعد مواجهة إيفرتون؛ استمتعت كثيرا بالفوز على مانشستر يونايتد

علق ميكيل أرتيتا مدرب أرسنال، على فوز فريقه على مضيفه إيفرتون (1-0)، مساء الأحد، على ملعب جوديسون بارك ضمن لقاءات الجولة الخامسة من الدوري الإنجليزي الممتاز. وقال أرتيتا في تصريحات عقب المباراة لشبكة "بي بي سي": "مر وقت طويل دون تحقيق انتصار هنا، قدمنا مباراة رائعة ولم تقدم أي هدايا، سيطرنا على اللقاء وحققنا العديد من الفرص، وكان يجب الخروج بنتيجة أكبر". وأضاف: "استمتعت كثيرا بهذا اللقاء ويانتصارنا أمام مانشستر يونايتد، شاهدت وجهي عقب ذلك اللقاء، وكان به الكثير من الارتياح، هذا هو الأمر الممتع". وتابع: "اللاعبون الـ11 لعبوا بصورة جيدة للغاية، خلقنا العديد من الفرص وتحسينا بالصبر، لئلا نندرو (تروسارد) قدم إنهاء لا يصدق ليمنحنا الفوز باللقاء".

ويانظر إلى تنفيذ أرسنال الركلات الركنية بتمريرات قصيرة وأوضح: "علينا مواصلة البحث عن أسلحة مختلفة للفوز بالمباريات، تحصلنا على الكثير من الركلات الركنية وعلينا الاستفادة من ذلك". وأكد بالتعليق على اختيار الحارس ديفيد رايلا للمشاركة أساسيا بدلا من أرون رامسديل: "الأمر مماثل مع فابيو فييرا، يتوجب علي اختيار لاعبا فقط".

وأردف: "لم يتم في غرفة تبديل الملابس توجيه سؤال واحد حول سبب عدم مشاركة جابرييل جيسوس. لقد فاز باللقب أكثر من أي شخص آخر، بما في ذلك أنا". وأتم تصريحاته: "أنا مدرب شاب حقا ولم أحصل على هذا المنصب إلا منذ 3 أعوام ونصف العام، ولا أشعر بأي ندم على ما قمنا به".

4 عوامل وراء بداية مانشستر يونايتد الكارثية في البريميرليغ

بدأ عهد المدرب الهولندي، إيريك تين هاغ مع مانشستر يونايتد، بهزيمة على أرضه في مسرح الأحلام "أولد ترافورد" من برايتون (2-1) في الموسم الماضي 2022-23، وبعد 13 شهرا، تكرر الأمر ذاته بهزيمة مدوية من الفريق ذاته؛ لكن بنتيجة (3-1)؛ ليحقق يونايتد أسوأ انطلاقا منذ موسم عديدة، بانتصاره مرتين فقط وتعرضه لـ3 خسائر في أول 5 جولات من الموسم الحالي. يونايتد بعد البداية السيئة في مستهل الموسم الماضي، ازداد نشاطه في نافذة الانتقالات الصيفية، وضم البرازيلي كارلوس كاسيميرو من ريال مدريد وتعاقد مع مواطنه أنتوني من أياكس في صفقة قياسية مقابل 95 مليون يورو، وعالج النادي مشاكله بالفعل، والآن مع إغلاق نافذة الانتقالات قبل أسبوعين، أصبح النادي بدون أنتوني وسانشو، وضربت الإصابات العديد من لاعبي الفريق.

ويحس ما كان يعتقد في مستهل الموسم أن مانشستر يونايتد سينافس على لقب البريميرليغ هذا الموسم، خاصة بعد التعاقد مع ماسون ماونت من تشيلسي، ورasmus هويلاند من أتلانتا وأندريه أونانا حارس مرمرى إنتر ميلان بالإضافة إلى سفيان أمرايط من فيورنتينا، إلا أن الإصابات وبعض العوامل الخارجية تسببت في بداية كارثية للفريق في البريميرليغ حتى الآن. وحمل وصول تين هاغ في الموسم الماضي بعض الشعور بالأمل بأن الأمور ستتحسن بعد سلسلة من التعيينات السيئة للمدربين منذ اعتزال السير أليكس فيرغسون، إذ حقق الهولندي أول لقب للفريق منذ ست سنوات؛ وذلك بالتنويع بكأس الرابطة في الموسم الماضي، لكن بدلا من مواصلة التطور في هذا الموسم والمنافسة على اللقب، دخل الفريق في دوامة النتائج السلبية ميكرا. وترصد لكم في التقرير الآتية 4 عوامل وراء تراجع يونايتد.

الإصابات

ليس هناك نيا يتلقاه أي مدير فني أسوأ من إصابة أحد اللاعبين، فالأمر بمثابة ضربة قاتلة حين يتعلق بأحد نجوم الفريق، ولم تترك الإصابات لاعبي يونايتد في مستهل الموسم الحالي، حتى الوافدون الجدد تعرضوا لإصابات قبل خوض أول مباراة رسمية ويتعلق الأمر هنا بالمغربي سفيان أمرايط الذي يعاني من إصابة في الظهر والإيطالي رasmus هويلاند الذي تعرض لإصابة على مستوى عضلات الفخذ. ويقتصد المدرب إيريك تين هاغ ظهره الأيسر لوك شو، الذي يعاني من إصابة في العضلات والتي لن يعود منها قبل بداية 2024، في حين أن بديله تايرل مالاتسيا لديه إصابة أيضا وموعد عودته غير معلوم، ما دفع النادي للتعاقد مع الإسباني سيرخيو ريجيلون على سبيل الإعارة من توتنهام هوتسبير. ولم تتوقف الإصابات عند هذا الثاني وحسب، إذ يعاني صانع الألعاب ماسون ماونت من إصابة أيضا، حاله كحال بديله الصاعد، كوبي ماينو الذي يعاني من إصابة في الكاحل، فضلا عن الجناح الأيمن عماد ديالو الذي تعرض لإصابة في الركبة.

تراجع المنظومة الدفاعية

بدأ يونايتد بداية جيدة ضد برايتون، وبدا خطيرا في أول 15 دقيقة؛ لكن منافسه سجل من أول فرصة له تقريبا، وساعده في ذلك منظومة دفاعية ضعيفة للغاية. ونجح جناح برايتون سيمون أدينغرا في تجاوز ريجيلون، وأرسل تمريرة إلى داني ويلبيك، وبذل ليساندرو مارتينيز جهدا خائرا لمحاولة صد عرضية أدينغرا، بينما فقد فيكتور لينديلوف مسار ويلبيك والكرة، ما سمح لمهاجم يونايتد السابق بالتسجيل. الهدف الثاني من باسكال غروس، أظهر أداء مريعا مرة أخرى من شتاتي قلب دفاع يونايتد، إذ لم يفعل لينديلوف ومارتينيز شيئا إزاء تمريرة طارق لاميتي البينية إلى غروس، كما لم يكن هناك تعاون كاف بين خطي الوسط والدفاع لتلافي الهدف الثالث الذي سجله جواو بيدرو. ويُعد مانشستر يونايتد ثاني أكثر فريق استقبلت شباكه أهدافا حتى الآن في البريميرليغ، حيث تلقت شباكه أندريه أونانا 10 أهداف، بعد بيرنلي الذي تلقت شباكه 11 هدفا. عندما خسر يونايتد (0-4) أمام برينتفورد في المباراة الثانية بالموسم الماضي، أرسل كاسيميرو رسالة نصية إلى وكيل أعماله، الذي كان يناقش انتقاله المحتمل إلى أولد ترافورد. قال: "أخبرهم بأنني سأصلح الأمر". وبعد بضعة أيام، انتقل اللاعب البرازيلي من ريال مدريد مقابل 70 مليون جنيه إسترليني، وسرعان ما أسهم في إصلاح المشكلات الدفاعية التي كان يعاني منها يونايتد، مما جلب جودة كبيرة للفريق مع عقلية الانتصار التي اكتسبها اللاعب في تجربته السابقة مع ريال مدريد. ولكن بعد مرور عام، بدت معاناة كاسيميرو من الإزهاق، ولا ينبغي إغفال حقيقة أنه يبلغ من العمر 31 عاما، لكن تراجع كان كبيرا أمام برايتون الذي استطاع الوصول إلى شباكه أونانا في مرات عديدة.

غياب سانشو وأنتوني

بعد ثلاثة أيام فقط من الموافقة على السماح لغرينوود بالخروج على سبيل الإعارة إلى خيتافي، تعرض يونايتد لضربة، بتوجه غابرييل كافالين، صديقة أنتوني، برفع قضية على مهاجم مانشستر يونايتد بعد اعتدائه عليها.

ولم يصدر يونايتد أي تصريح علني بشأن الاتهامات لمدة 48 ساعة، ثم أصدر بيانًا مقتضيا قال فيه إنهم على علم بالادعاءات؛ لكن دون ذكر ما إذا كان سيتم إيقاف أنتوني أم لا، ثم أكد النادي لاحقا أنه سيتم إيقافه إلى أجل غير مسمى حتى انتهاء التحقيقات؛ مما حرم الفريق من لاعبه الذي ضمه من أياكس مقابل 85 مليون جنيه إسترليني قبل عام واحد فقط. بينما الأمر كان مختلفا مع سانشو، إذ يمكن القول إن تين هاغ صنع مشكلة لنفسه عندما انتقد علنا أداء اللاعب في التدريبات بعد أن سئل عن سبب عدم وجود الجناح في الفريق الذي خاض مواجهة أرسنال، ليرد اللاعب السابق لدورتموند عبر مواقع التواصل الاجتماعي، متهمًا المدرب بأنه جعله "كبش فداء" لمشكلات الفريق.

أظهر المدير الفني الهولندي تهما لوضع سانشو الموسم الماضي؛ لكن صبره معه قد نضد، وتؤكد تقارير أنه غاضب من رد فعل اللاعب الذي رفض الاعتذار منه، ويتدرب الآن بعيدا عن زملائه في الفريق ولن يكون متاحا لمباريات يونايتد المقبلة، ليصبح تين هاغ بدون الجناحين اللذين دفع النادي لضمهما 160 مليون جنيه إسترليني (198 مليون دولار).

تأخر تأقلم هويلاند

عندما كان أداء مانشستر يونايتد جيدا في نهاية الموسم الماضي، كان من الواضح أنهم يفتقرون إلى قلب هجوم هدف، وقال محللون إنه بمجرد التعاقد مع مهاجم من الطراز الأول، فسيتنقل إلى مستوى آخر. وسارع الفريق لضم رasmus هويلاند؛ لكن من الواضح أن المهاجم الشاب الذي تعاقد معه النادي مقابل 72 مليون جنيه إسترليني (89 مليون دولار) لا يزال في طور التقدم وسيحتاج إلى وقت لتأقلم بشكل جيد مع زملائه الجدد والأجواء في الدوري الإنجليزي. ويحتاج اللاعب بعض الوقت لاستعادة لياقته بشكل كامل بعد وصوله مصابا في الظهر، ولذلك لم يظهر للمرة الأولى مع النادي إلا بعد شهر تقريبا من انضمامه إليه قادما من أتلانتا.

بوكيتينو يرفض الدفاع عن تشيلويل أمام غضب الجماهير

أكد الأرجنتيني مورييسو بوكيتينو، المدير الفني لتشيلسي، أنه لا يستطيع السيطرة على ردود أفعال مشجعي البلوز، عقب التعادل السلبي المخيب مع مضيفه بورنموث. وبدا أن قسما من مشجعي تشيلسي في المدرجات، أطلق صيحات الاستهجان على بن تشيلويل، لاعب الفريق اللندني، عقب المباراة التي أقيمت بملعب (فيثاليتي) مساء الأحد، ضمن الجولة الخامسة من البريميرليغ. وشارك بن تشيلويل كبديل في المباراة، لكنه عجز عن تحسين أداء فريقه. واستعان بوكيتينو على مقاعد البدلاء باثنين من حراس المرمرى، وكذلك بثلاثة لاعبين تبلغ أعمارهم 19 عاما أو أقل، في ظل الإصابات العديدة التي تدهم البلوز مؤخرا. وكان مارك كوكوريللا ونوني مادويكي، أحدث المنضمين لقائمة إصابات تشيلسي قبل مواجهة بورنموث، لبيلغ إجمالي الفانين عن الفريق 12 لاعبا قبل اللقاء. وعبرت بعض جماهير تشيلسي عن خيبة أملها، حيث أطلقت صافرات الاستهجان عندما ذهب بن تشيلويل لتحتيتها، عقب المباراة.

«لست على وشك البكاء»

ونقلت وكالة الأنباء البريطانية (بي إي ه ميديا) عن بوكيتينو، قوله "ماذا؟ ماذا نستطيع أن نفعل؟ بالنسبة لي، ليس لدي ما أقوله.. بإمكان الجماهير أن تفعل ما تريد". وأضاف مدرب تشيلسي "نحن ندرك ما يتعين علينا القيام به، نثق كثيرا في أنفسنا.. لدينا 12 مصابا، واليوم كان لدينا 3 أو 4 لاعبين صغار السن وحارسان على مقاعد البدلاء". وتساءل بوكيتينو "هل أنا على وشك البكاء؟ أو في طريقي للشكوى؟" قبل أن يرد قائلا "أنا أقبل هذا التحدي، وسواصل التحلي بالإيجابية". وتابع "بورنموث فريق جيد.. كل فريق سيتنافس معنا، سيحاول جعل الأمور صعبة بالنسبة لنا.. لكن يتعين علينا مواجهة هذه الظروف، والتحلي بالصبر والإيجابية.. لن نغير الطريقة التي ننتهجها".

لفتة رائعة من ليفربول تجاه صلاح

قدم نادي ليفربول، لفتة رائعة تجاه نجمه المصري محمد صلاح، عقب مباراة الريدز أمام وولفرهامبتون، في الدوري الإنجليزي الممتاز. وقدم صلاح تمريرتين حاسمتين في المباراة، ليقود الريدز لتحقيق الفوز (3-1). ووفقا لصحيفة "ميرور" البريطانية، حرص ليفربول على احترام معتقدات صلاح عند إعلان فوزه بجائزة رجل المباراة عقب موقعة وولفرهامبتون. وأشارت إلى أن إحدى شركات المشروبات الكحولية ترعى الجائزة، لكن ليفربول حرص على إزالة هذا الشعار من الإعلان الخاص بفوز صلاح. وأوضح أن تصرف ليفربول بمثابة تقدير واضح لحقيقة أن صلاح مسلم، وأن المشروبات الكحولية محرمة في الإسلام. ووصل محمد صلاح إلى 63 تمريرة حاسمة خلال مشاركاته في الدوري الإنجليزي الممتاز. وأصبح نجم ليفربول أكثر لاعب أفريقي صناعة للأهداف في البريميرليغ، محطما الرقم القياسي للنجم الجزائري رياض محرز (61). وأضافت الشبكة أن لاعبين فقط ساهموا في 200 هدف بالدوري الإنجليزي الممتاز مع ليفربول، وهما محمد صلاح وستيفن جيرارد.

دوكو؛ لاعبو سيتي أفضل في الواقع من التلفزيون

قال جيريمي دوكو، جناح مانشستر سيتي، مساء الأحد، إنه يتعلم في كل يوم يقضيه مع الفريق الإنجليزي، الذي سجل أول هدف يقميصه في شباك وست هام يونايتد، خلال الفوز (3-1) السبت على ملعب الأخير، ضمن مباريات الجولة الخامسة من البريميرليغ. وأضاف دوكو، في تصريحات لموقع مانشستر سيتي الرسمي: "أواصل التعلم في كل جلسة تدريبية ومباراة". وتابع: "من المباراة الأخيرة تعلمت أنه عليك أن تكون هادئا.. الشيء المهم هو عدم فقدان الكرة، ولا يزال بإمكانني تحسين ذلك، حتى اليوم.. يتعلق الأمر بالهدوء عند التعامل مع الكرة والتمتع بالثقة، وأنا أريد مواصلة التحسن". وواصل: "إنه لمن دواعي سروري، أحب اللعب مع بقية زملائي في مانشستر سيتي بالطبع، إنهم جيدون جدا على شاشة التلفزيون، لكن في الحياة الواقعية هم أفضل". وأكمل: "لقد بدأنا من الخلف، وقمنا بالبناء وبحثنا عن الرجل الحر، وهو جويليان ألفاريز، وهو كذلك يبحث عني". وعن كرة الهدف الذي سجله، قال: "أحاول أن أبقى الكرة تتحرك، وأسرع وأتقدم باتجاه واحد ضد واحد، وقتها قررت التسديد.. لم يكن سهلا، لكنه كان جميلا".



ديبالا ينضم لقائمة مذهلة في الكالتشيو

انضم الأرجنتيني باولو ديبالا، نجم روما، لقائمة مميزة في الدوري الإيطالي، بعد هدفه في مرمر إمبولي، ضمن لقاءات الجولة الرابعة للكالتشيو. ونجح ديبالا في تسجيل الهدف الأول للذئاب من ضربة جزاء، في الدقيقة الثانية. وبحسب شبكة "أوبتا" للإحصائيات، فإن ديبالا أصبح واحدا من 4 لاعبين، مع جياكومو بونافينيتورا ودوفان زاباتا ودومينيكو بيراردي، سجلوا أهدافا في الموسم العشرة الأخيرة من الدوري الإيطالي. وشارك ديبالا في 38 مباراة مع روما، أحرز فيها 18 هدفا وقدم 8 تمريرات حاسمة. وكان روما يحتل المركز الـ 18 في جدول ترتيب الدوري الإيطالي، قبل مباراة اليوم، برصيد نقطة واحدة، بينما يقبع إمبولي في المركز الأخير دون رصيد. وانضم ديبالا إلى روما الصيف الماضي، في صفقة انتقال حر، بعد انتهاء ارتباطه بيوفنتوس، ويمتد عقده الحالي حتى صيف 2025.

روما يدك شباك إمبولي بسباعية ويحقق أول انتصار في الدوري الإيطالي

نجح فريق روما أول انتصار له هذا الموسم في مسابقة الدوري الإيطالي، أمام نظيره إمبولي بنتيجة 7-0. خلال المباراة التي جمعت الفريقين على ملعب "الأولمبيكو" معقل الذئاب، ضمن منافسات الجولة الرابعة من الدوري الإيطالي. بدأ روما التهديد عن طريق النجم الأرجنتيني باولو ديبالا في الدقيقة 2 من ركلة جزاء، وسجل البرتغالي ريناتو سانتشيز الهدف الثاني في الدقيقة 8. وسجل البربريتو جراسي لاعب الضيوف الهدف الثالث لروما بالخطأ في مرمر فريته في الدقيقة 35. وعاد ديبالا لسجل الهدف الرابع في الدقيقة 55. وأكمل الإيطالي الدولي برايان كريستانتيني الخماسية في الدقيقة 79، ثم سجل البلجيكي الدولي روميلو لوكاكو أول هدف له بقميص روما في الدقيقة 82، قبل أن يختتم الإيطالي الدولي جيانلوكا مانشيني سباعية كبار العاصمة في الدقيقة 86. وبهذه النتيجة يحتل روما المركز الثاني عشر في جدول ترتيب الدوري الإيطالي برصيد 4 نقاط فقط بعد مرور 4 جولات، فيما يحتل إمبولي المركز الأخير بدون رصيد. وكان روما قد بدأ الموسم بتعادل مخيب على أرضه أمام سالييرناتانا بنتيجة 2-2، قبل أن يخسر بنتيجة 2-1 في المباراتين التاليتين ضد كل من هيلاس فيرونا وميلان.

رودي غارسيا يواسي جماهير نابولي بخسارة باريس وتعادل بايرن

علق مدرب نابولي، المدير الفني الفرنسي رودي غارسيا، على تعادل فريقه (2-2) مع مضيفه جنوي، ضمن منافسات الجولة الرابعة من عمر الموسم الجديد (2023-24) ليطولة دوري الدرجة الأولى الإيطالي لكرة القدم. ووجد نابولي -حامل اللقب- نفسه متأخرا 2-0 قبل انتهاء الساعة الأولى من اللعب، قبل أن يستفيق الفريق خلال آخر 15 دقيقة من اللقاء، ليحسم هدفين متتاليين عبر البديلين ماتيو بوليتانو وجياكومو راسبادوري، ويعتقد غارسيا أن نابولي تحلى بردة فعل جيدة، لكنه أكد على أهمية اللعب الجيد طوال المباراة. وأشار غارسيا إلى افتقار لاعبي نابولي الإصرار المطلوب في لقطتي هدفي جنوي، قبل أن يردف في تصريحات أبرزها موقع "فوتبول إيطاليا" المناطق بالإنجليزية: "أمل الاحتجاج إلى (تسجيل) 3 أهداف للشور بكل مباراة؛ ولذلك يجب أن تكون أكثر صلادة في الدفاع". لكن غارسيا لم يكن متشائما للغاية في حديثه عن مردود فريقه بالمباراة، متوفا أنه من الطبيعي أن تعاني الأندية خلال هذا الوقت من الموسم الكروي. وأوضح غارسيا قائلا: "لقد رأينا أن باريس سان جيرمان قد خسرت (2-3 أمام نيس)، وبايرن ميونخ عانى (في التعادل) مع باير ليفركوزن، يكون الأمر صعبا بعد فترة التوقف الدولي، وقبل دوري الأبطال". ومن المقرر أن تبدأ منافسات دور المجموعات لمسابقة دوري أبطال أوروبا هذا الموسم 2023-24 وسط الأسبوع؛ حيث يحل نابولي ضيفا على سبورتنغ براغا البرتغالي، مساء الأربعاء، برسم الجولة الأولى من منافسات المجموعة الثالثة للبطولة القارية.

إنتر ميلان يتحرك لمكافأة نجمه ميختاريان بعقد جديد

يستعد نادي إنتر ميلان الإيطالي لمكافأة نجمه الأرميني، هينريك ميختاريان، بعقد جديد، بعد مردوده المبهر مع الفريق، وظهوره بشكل مميز في مباراة ديربي الغضب ضد ميلان، ومساعدته للنيراتزوري على الانتصار بخمسة أهداف لهدف في الدوري الإيطالي. وميختاريان كان نجم الديربي، وصنع اللاعب البالغ من العمر 34 عاماً الفارق لمصلحة فريقه، بعدما سجل هدفين وصنع هدفا من خماسية فريقه، مع العلم أنه شارك في كل الدقائق الممكنة، تقريبا، في الموسم الحالي مع الإنتر، مبرهنا أن العمر مجرد رقم. وذكر شبكة كالتشيو ميركاتو الإيطالية، أن الإنتر يستعد للتقدم بعرض على طاوله ميختاريان من أجل ربطه بعقد جديد، وسط اقتناع من النادي أن اللاعب مازال قطعة مهمة من تشكيلة المدرب سيموني إنزاغي. وينتهي عقد ميختاريان الحالي مع إدارة الإنتر في نهاية الموسم الجاري، وتكمن فكرة النادي الأساسية في منح اللاعب عقداً جديداً لمدة موسم واحد يجعله يبقى في المدينة اللومباردية حتى صيف 2025. من جهته، لا يمانع لاعب الوسط الأرميني فكرة الاستمرار مع الإنتر، ما يجعل المفاوضات بين الطرفين أمر سهل في الأسابيع القليلة المقبلة.

أليغري يؤكد رغبته في استمرار فلاهوفيتش؛ نريد أن نتحسن

علق المدير الفني ماسيميليانو أليغري بعد فوز جوفنتوس على لاتسيو 3-1 على أداء الفريق واللاعبين، وأكد رغبته في الاحتفاظ بالمهاجم الصربي دوسان فلاهوفيتش. نجح في التغلب على البيانكوشيلستي بعد أهداف فلاهوفيتش وكيزا ليصعد للمركز الثاني خلف الصدارة في الدوري الإيطالي برصيد 12 نقطة. وقال أليغري في تعليقه بعد المباراة: "مباراة جيدة أمام فريق ممتاز كان من المهم العودة للفوز أمام جماهيرنا، وقد كان هناك تناغما جميلا في الملعب". استطرد: "كان من المهم الفوز بهذه المباراة على لاتسيو لأنه صراع مباشر، نأسف للهدف الذي استقبلناه ولكن أتاحت لنا الفرصة لرؤية رد فعل الفريق". وعن سعادته بحقيقة أن العرض المحتمل لفلاهوفيتش من السعودية لم يصل قال: "لا، لم أفكر في أي شيء، فلاهوفيتش كان دائما لاعبا في يوفنتوس، مثل كيزا". واختتم: "كان السوق مختلفا وقد قمنا ببعض التقييمات مع النادي حول الفريق، إنه فريق لا يمكنه إلا أن يتحسن".

برانديلي: الإنتر لا يعتمد على أحد بعكس ميلان

قام تشيزاري برانديلي مدرب منتخب إيطاليا السابق بتحليل فوز إنتر الكبير بخمسة أهداف مقابل هدف في ديربي ديالا مادونينا على ميلان. وسلط مدرب فيورنتينا السابق الضوء على الجودة والقوة البدنية التي يمتلكها الإنتر في الوقت الحالي، والذي أكدها بأهداف هنريك ميختاريان وتورام وتشالانوجلو ودافيدي فراتيسي بالأمس. وقال برانديلي في تعليقه على تلك الخسارة لصحيفة جازيتا ديلا سبورت: "أعطني الإنتر انطبعا واضحا، هم سفين حربية، سواء اللاعبين الأساسيين أو الاحتياطيين والذين يقدمون نفس المساهمات". واصل: "ميلان استحوذ على الكرة في الشوط الأول بنسبة 70% تقريبا لكنه لم يصنع الكثير، وسمحوا للإنتر أن يكون حاسما في المواجهات، وفي المساحات، يمكنك أن تكون بطلا كما تريد، ولكن إذا لم يكن هناك مساحة...". وعلق عن ما إذا كان ميلان يعاني على المستوى الذهني فقال: "يمكن أن يحدث ذلك إذا كان الفريق هو نفسه ولم يتغير، ولكن الآن لدى ميلان في هذا الموسم العديد من اللاعبين الجدد ولذلك فإن الأمور الذهنية ليس لها علاقة بالامر". وعن الفارق ما بين الإنتر وميلان الآن قال تشيزاري: "أيا كان الموجود في الملعب فإن طريقة لعب الإنتر لا تتغير، فالإنتر لا يعتمد على لاعبين معينين بعكس ميلان".

جيلارديني: لعبنا مباراة رائعة ضد نابولي

عرض نادي جنوة نتيجة التعادل الإيجابي بهدفين لثلاثهما على نابولي بدوري الدرجة الأولى الإيطالي. وأشاد أليغري بديرو جيلارديني، مدرب نادي جنوة بمستوى فريقه أمام نابولي. ط وقال جيلارديني لدازن: "هناك بعض الأسف على الطريقة التي سارت بها المباراة وكيف لعبنا. هناك وعي بأننا قدمنا سباقا رائعا، لأننا فعلنا ما فعلناه استعداد. لذلك تهانينا للأولاد على الطريقة التي عملوا بها، وعلى التضحيات التي قدموها، إنها جيدة حقا". وأضاف: "بعد المباراة ضد فيورنتينا قمنا ببعض التقييمات التكتيكية والآن هناك فريق قادر على التغيير، سواء من البداية أو أثناء المباراة. هناك استعداد كبير من جانب اللاعبين، لمدرّب مثلي هو مرضية للغاية. علاقتي مع اللاعبين هي علاقة مباشرة، سواء مع القدامى أو مع الجدد". أوضح: "هناك رغبة في التحدث بوضوح، وكذلك قول أشياء غير ممتعة ولكن يجب أن تقال من أجل الخير من الجميع. لا يمكن تصور أن فريقا صاعدا حديثا قام بتغيير العديد من اللاعبين مثلنا يقدم هذه المباراة بشكل جيد لمدة 70 دقيقة. كنا نلعب ضد فريق يتمتع بجودة رائعة وهذا ما صنع الفارق". وعن ريتيغي أرفد: "إنه لاعب يتمتع بالفعل بمهارات في آخر 25-30 مترا من المهاجم؛ لديه أنف للمرمى، ولديه تحركات. لديه رغبة كبيرة في التحسن، خاصة في نظافة سيرته وحمانيته. يشعر بالهدف، ولديه كل الإمكانيات ليكون المهاجم الأساسي للمنتخب الوطني". وعن ما إذا كان ريتيغي يذكر جيلارديني بنفسه أتم الأخير: "إنني أفقد شعري بالكامل أثناء القيام بهذا العمل، ولم يعد بإمكانني مقارنة نفسي بأي شخص. لدى ريتيغي الجوع المناسب، وهو الجوع الذي نحتاجه".



بيتزا ميسي تثير جنون جماهير إنتر ميامي

تتجه الأنظار بشكل مستمر حول النجم الأرجنتيني ليونيل ميسي، حتى ولو كان الأمر مجرد تناول وجبة بيتزا في أحد المطاعم. ميسي عاد إلى الولايات المتحدة مرة أخرى بعد انتهاء فترة التوقف الدولي، وسط تساؤلات حول موقفه من المشاركة في مواجهة إنتر ميامي القادمة أمام أتلانتا يونايتد بالدوري الأمريكي. صاحب الـ 36 سنة نشر قصة عبر حسابه على موقع "إنستغرام" وهو يتناول بيتزا مظهرها غريب من مطعم "Bancho Miami" ليبلت أنظار المشجعين على وسائل التواصل الاجتماعي. البعض قال عنها "أسوأ بيتزا شاهدتها في حياتي"، والبعض آخر لفت نظره الإضافات المستخدمة على سطح البيتزا والتي تظهر حرص ميسي على تناول الأطعمة الصحية للحفاظ على لياقته البدنية. وكانت العلامة الأبرز في تفسير العديد من المشجعين أن تناول ميسي البيتزا في هذا التوقيت يعني غيابه عن مباراة فريقه أمام أتلانتا.



أين ميسي؟

ماهير أتلانتا تحتج

على غياب ليو ضد فريقها

أبدت جماهير نادي أتلانتا الأمريكي غضبها من غياب النجم الأرجنتيني ليونيل ميسي عن فريقه إنتر ميامي في المواجهة التي جمعتهما، رغم إدراكهم بأن حضوره قد يؤدي لخسارة فريقهم بسبب قدرته على صناعة الفارق. وكشف موقع راديو "آر إم سي سيورث" الفرنسي، الأحد، أن جماهير أتلانتا لم تتقبل إعفاء ليونيل من المباراة، وهو الذي قرر مديره جيراردو تانا مارتينو منحه فترة راحة تسمح له بالشفاء من إصابة خفيفة كان قد تلقاها خلال فترة التوقف الدولي. وانتشر مقطع فيديو على مواقع التواصل الاجتماعي يظهر جماهير أتلانتا وهم يهتفون بصوت واحد: "أين ميسي؟". خاصة أن أغلبهم دفع ثمن التذاكر المرتفع خصيصا لمشاهدة النجم الأرجنتيني عن قرب. واستغل ليونيل الفرصة لمتابعة نجله الأكبر تياغو خلال التدريبات التي يجريها برفقة نادي إنتر ميامي لثمة أقل من 12 عاما، وظهر في صورة وهو يوجهه ويعطيه تعليمات تسمح له بتحسين مستواه وتلقي تكوين مثالي، الغاية منه أن يصبح نجما عالميا في المستقبل. يذكر أن سعر التذاكر انخفض بشكل محسوس قبل انطلاق المواجهة بساعات، وذلك بعد أن علم المشجعون من الفريقين بغياب اسم ليونيل عن القائمة المعنية بالمباراة، ما أدى لخسارة مادية لفريق أتلانتا الذي كان يأمل أن يحقق مداخل كبيرة من عملية بيع التذاكر باستغلال اسم

بعد

خروجه

من السجن...

ميندي يشارك في تعادل لوريان مع موناكو

خاض بينجامين ميندي مباراته الأولى مع ناديه الجديد لوريان يوم الأحد الماضي، وذلك في مواجهة موناكو، ضمن منافسات الجولة الخامسة من عمر الموسم الجديد (2023-24) لبطولة دوري الدرجة الأولى الفرنسي لكرة القدم "ليغ 1". وشارك ميندي (29 عاما) بديلا، وتحديدًا بالدقيقة 71 من عمر المباراة، التي أقيمت في ملعب لوريان "دو موسستوار"، وانتهت بالتعادل الإيجابي 2-2. واحصائيا، باتت هذه أول مباراة رسمية يخوضها ميندي منذ أكثر من عامين، بعد تيرئة اللاعب الفرنسي من تهم اغتصاب واعتداء جنسي في إنجلترا خلال شهر جوان الماضي، حسب ما أفادت به وكالة الأنباء الفرنسية "فرانس برس". وانضم ميندي إلى لوريان خلال موسم الانتقالات الصيفية الماضي، قادمًا من مانشستر سيتي الإنجليزي، بموجب عقد يمتد لموسمين، أي حتى 30 جوان 2025. وكانت النتيجة تشير إلى تقدم موناكو 2-1 حين دخل ميندي إلى أرضية الملعب، يوم الأحد، لكن أصحاب الأرض سجلوا هدفا قرب النهاية، ليظفروا بنقطة التعادل. وتقدم المهاجم البيني توسين أيبغون لمصلحة لوريان بالدقيقة الثانية، قبل أن يرد موناكو بهدفين؛ أولا عن طريق لاعب الوسط الروسي ألكساندر غولوفين بالدقيقة 17، وثانيا عن طريق النجم الفرنسي فولارين بالوغون مع الدقيقة 69. وبينما بدت المواجهة في طريقها لانتهاه بفوز الفريق الزائر، أحرز متوسط الميدان الفرنسي رومان فيشر هدفا في الدقيقة 89+8، ليهدى لوريان نقطة التعادل، وسط أجواء احتفالية بعودة ميندي. وبهذه النتيجة، تقاسم الفريقان نقاط المباراة؛ حيث رفع موناكو رصيده إلى 11 نقطة محتلا المركز الأول، فيما وصل لوريان لنقطته السادسة، محتلا المركز العاشر.

زياش يكشف سر حوارته مع إيكاردى

قدم المغربي حكيم زياش أوراق اعتماده بقوة في أول ظهور له في الملاعب التركية بقميص فريقه الجديد غلطة سراي. بعد أن ساهم بتمريرة حاسمة في فوز فريقه على سامسونسبور (4-2)، مساء السبت، لحساب الجولة الخامسة من "السوبرليغ". وتفاعلت جماهير غلطة سراي مع أداء حكيم زياش. وشارك حكيم زياش بديلا لزميله تيتي، بداية الشوط الثاني، وقال زياش، في تصريح للموقع الرسمي لناديه غلطة سراي: "هي مباراتي الأولى اليوم، وكان ذلك رافعا، أظن أنني لعبت بشكل جيد في أول ظهور لي مع فريقى الجديد، وأطمح للأفضل مستقبلا، سعيد للظهور برابعية، وأتمنى أن تكون الجماهير أيضا راضية". وعن الهدف المثير الذي جاء من تمريرة حاسمة منه، قبل أن يسكنها إيكاردى بلمسة خفيفة برأسه في شباك الخصم، علق زياش: "لم أشاهد إيكاردى يلمس الكرة قبل دخولها المرمى، جاء لي ليخبرني بذلك، ابتكرنا تكتا حول الموضوع وشاهدنا بعدها فيديو للهدف، لقد لمس الكرة فعلا، وكان هدفا رائعا".

اللاعب

يطارد مانشستر سيتي بسبب رواتبه المتأخرة

من جهته أشارت تقارير صحفية إلى أن الفرنسي بنجامين ميندي المنضم إلى لوريان الفرنسي هذا الصيف، يلاحق ناديه السابق مانشستر سيتي قضائيا للحصول على مستحقاته المتأخرة في عقده خلال فترة مثوله أمام المحكمة، إثر اتهامه بالاغتصاب والاعتداء الجنسي. ويحاول ميندي البالغ من العمر 29 عاما تحصيل مبالغ طائلة من رواتبه المتأخرة لدى السيتي، وبيع منزله، في محاولة منه لسداد الديون الضريبية المفروضة عليه لتجنب الإفلاس. ووفقا لتقرير من صحيفة "الفارديان"، فإن مصلحة الضرائب الإنجليزية تسعى إلى توقيع إشهار إفلاس ضد ميندي بسبب دين ضريبي يبلغ حوالي 800 ألف جنيه إسترليني، حسيما أخير به قاض متخصص. وكشفت الصحيفة البريطانية أن هناك جلسة استماع بخصوص الديون الضريبية المفروضة على ميندي جاءت في لندن يوم الأربعاء الماضي، بعد أقل من شهر من تيرئة اللاعب من تهم الاغتصاب التي لاحقته وأضرت بسمعته ومساقه المهني في عالم كرة القدم. وأفادت مصلحة الضرائب، جاكيل غاريت، بأن الإجراءات في محكمة الإحصار والشركات قد تم تأجيلها سابقا، في انتظار نتيجة محاكمة اللاعب الجنائية، على أن تتم تسوية ديون ميندي من الراتب المتأخر له عند السيتي أو ببيع ممتلكاته

باللغة العربية.. ماني يعلق على الفوز أمام الرائد

علق السنغالي ساديو ماني، مهاجم نادي النصر، على الفوز أمام الرائد (3-1)، مساء يوم السبت، على ستاد مدينة الملك عبد الله الرياضية في بريدة، ضمن الجولة 6 لدوري روشن السعودي للمحترفين. كتب ماني عبر حسابه بموقع التواصل الاجتماعي تويتر باللغة العربية: "الحمد لله ألف مبروك جمهور النصر". ورفع العالمي رصيده إلى 12 نقطة في المركز الخامس، بجداول ترتيب دوري روشن.

اللاعب الشخصية. فيما قال محاسب ميندي، الذي رفض الكشف عن اسمه الكامل للصحفيين، خلال جلسة الاستماع إن مدافع لوريان قد ثبت أنه بريء فيما يتعلق بتلك التهم الجنائية بالغة الخطورة الموجهة إليه، وأكد المحاسب أن مانشستر سيتي لم يدفع لميندي راتبه منذ سبتمبر 2021، وأن وكيل اللاعب كان في مفاوضات مع مانشستر سيتي موكله قد ثبتت براءته من التهم المنسوبة إليه، وأنه ليس مذنبًا. كما أعلن للمحكمة أن المبلغ المتأخر من جانب مانشستر سيتي في حدود 9 إلى 10 ملايين جنيه إسترليني إجمالًا، بينما تبلغ قيمة منزل ميندي في إنجلترا حوالي 5 ملايين جنيه إسترليني، حسب تقييم الوكيل العقاري سافيلز، وهو ما يظن ديونه بكثير.

تأثير تناول الطعام قبل التدريب على صحة الرياضي

معظم الأشخاص يستفيدون عند المزج بين الأنواع المختلفة للتمارين الرياضية، مثل تمارين التحمل التي تزيد معدل نبضات القلب والتنفس، وتحافظ على صحة القلب والرتين، كالسباحة، ولتوافر الأسلوب الصحيح في الممارسة، وجب التناسق بين التدريب والنظام الغذائي وخصوصا وقت تناول الوجبات بعد أو قبل التمارين الرياضية. تناول الطعام قبل الرياضة ليس جيدا إذا تم تناول الطعام قبل الرياضة بفترة قصيرة، أما الذين يرغبون بالتخسيس وتخفيض وزنهم فأفضل لهم إجراء التمرينات الرياضية على معدة فارغة بفترة قصيرة، أما الذين يملأون لتخلص الجسم من الدهون والسعرات الحرارية، كما يلعب الوقت دورا هاما في التأثير على نشاط الجسم وبالتالي في التخلص على الدهون الزائدة. وعلى الأشخاص الذين يرغبون بتخفيض وزنهم الانتظار ساعتين على الأقل حتى ممارسة الرياضة بعد تناول الطعام أو الأفضل عدم تناول الطعام أبدا قبل الرياضة، أي على معدة فارغة والسبب هو أن جسم الشخص البدني يقوم بإنتاج كمية أكثر من الأنسولين بعد تناول وجبة غنية بالكربوهيدرات بالمقارنة مع الشخص ذو الوزن الطبيعي وإن ارتفاع مستويات الأنسولين يؤثر سلبا في إنتاج هرمونات أخرى في الجسم التي تنشط أثناء ممارسة الرياضة. ومن ضمن هذه الهرمونات التي تفرز في الجسم أثناء النشاط البدني هرمون التوتر، الذي يقوم بالنقاط الدهون من الخلايا وبالتالي وتساعد على تحويلها إلى طاقة، إضافة إلى أن الأنسولين بدوره لا يساعد على ذلك ويقوم بمنع هذا الهرمون من القيام بعمله على الوجه المطلوب كما تقول الطبيبة الرياضية. كما أن هناك عوامل أخرى سلبية تنتج عن ممارسة الرياضة بعد الطعام مباشرة، عندما يقوم الإنسان بممارسة الرياضة ومعدته مليئة فقد يسبب الغثيان وآلام في البطن.

ويقوم الجسم بهضم الأغذية في أفضل وجه أثناء الراحة، وهذا يتطلب جهدا كبيرا لا تكاد نشعر به أحيانا، لذلك فإن ممارسة الرياضة مع معدة مليئة بالطعام يضاعف جهد الجسم وبالتالي لا يقوم بدوره المطلوب، فلا يستفيد الإنسان بالشكل الكامل من الرياضة ولا من جميع العناصر الغذائية في الطعام. وبعد عدة ساعات تتراجع مستويات الأنسولين إلى مستويات معتدلة

من جديد، لهذا السبب يحد من ممارسة الرياضة بعد ساعتين تقريبا إن تم تناول الطعام.

الهرمونات وعلاقتها بالتدريب الرياضي

وبالتالي التمتع بصحة أفضل، وفقدان الوزن الزائد والغير مرغوب فيه من المعلومات أن الهرمونات ليست سوى مواد كيميائية تفرز في الجسم بفعل الجهاز الهرموني المتمثل في عدد من الغدد الصماء ووظيفتها التأثير على كل الوظائف التي يقوم بها الجسم البشري وما يلي عرض وذكر للهرمونات الثمانية الهامة، مع الإشارة إلى وظائفها، والطريقة التي تؤثر بها التمارين الرياضية المنتظمة عليها:

يعتبر التستوسترون من الهرمونات الهامة والضرورية جدا لكل من الرجل والمرأة ولهذا الهرمون دور واضح وفعال في تنشيط العمليات الأيضية، كما أنه يعمل على التقليل من الدهون في الجسم، ويمنح الفرد شعورا بالثقة ويتم إفراز هذا الهرمون من المبايض في جسم المرأة أما في الرجل، فإن 'الخصية' هي العضو الذكري المسؤول عن إفرازه وقد تمت الإشارة إلى أن جسم المرأة يفرز ما يقارب عشر الكمية التي يفرزها جسم الرجل من هذا الهرمون ويذكر أن معدل إفراز هرمون التستوسترون يزداد في الدم أثناء ممارسة التمارين الرياضية، وهذا ينطبق على كل من المرأة والرجل ويبقى الهرمون في الدم لفترة تتراوح من ساعة إلى ثلاث ساعات بعد الانتهاء من أداء التمارين ويساعد هرمون الإستروجين على تسريع عملية تدمير مخزون الدهون في الجسم، كما أنه يزيد من معدل عمليات الأيض الحيوية التي تتم في الجسم ويذكر أن هذا الهرمون يفرز من المبايض بمعدل أكبر عند النساء الجديرات بالذكر أن معدل إفرازه يزداد بممارسة التمارين الرياضية ويبقى الهرمون في الدم لفترة تتراوح من ساعة إلى أربع ساعات بعد الانتهاء من تادية التمارين تقوم الغدة الدرقية بإفراز هرمون ثايروكسين الذي يساعد على زيادة معدل عمليات الأيض الحيوية في كل خلايا الجسم تقريبا وهذا بدوره يشعرك بحيوية ونشاط وطاقة أكبر ليس هذا فحسب، بل يساعد الجسم على حرق كميات لا بأس بها من السعرات الحرارية وعلى هذا الأساس، فهو ضروري جدا ومفيد أيضا للتخلص من الوزن الزائد أما الكروميدرات المخزنة، فهرمون إيبينيفرين، حيث يفرز هذا الهرمون من الغدة الكظرية، ويعمل على زيادة كمية الدم الذي يضخه القلب كما أنه يساعد الجسم على التخلص من الجلوكوجين، وهي الكروميدرات المخزنة، في كل من العضلات المشحونة، والكبد وبالتالي يعاد استخدام تلك الكروميدرات كوقود للجسم ليس هذا فحسب، بل تمت الإشارة إلى أنه يعمل أيضا على تدمير الدهون المخزنة في العضلات النشطة وتعتمد كمية هذا الهرمون على قوة التمارين والفترة الزمنية التي تستغرقها ويعتبر الأنسولين من الهرمونات الهامة جدا في الجسم، وذلك لأنه يعمل على التقليل من جلوكوز، أو سكر الدم ويتم إفراز هذا الهرمون من قبل البنكرياس ويذكر أن إفرازه يزداد كرد فعل ناتج عن ازدياد سكر الدم بعد الوجبات الغذائية، وكما كانت الوجبة دسمة، بمعنى كلما كانت كمية الطعام التي تناولها الشخص كبيرة، أو كلما زاد استهلاك الفرد للسكر، كلما كانت استجابة الأنسولين أكبر ومن هذا المنطلق، يُنصح بتناول وجبات خفيفة ومعتدلة، والتقليل من استهلاك كل من السكريات، والباستا، والأرز، وقد ذكر أن معدلات الأنسولين تبدأ بالتناقص بعد مرور ما يقارب السبعة دقائق على بدء تمارين الأيروبيك ورفع السكر، هناك ما يسمى هرمون الجلوكاغون، وهو هرمون آخر يفرزه البنكرياس أما وظيفته، فتتمثل في رفع مستوى سكر الدم- الجلوكوز ويذكر أنه عندما تقل نسبة الجلوكوز في الدم عن المعدل الطبيعي، يتم إفراز هذا الهرمون الذي يعمل على تحرير الكروميدرات المخزنة، أو لتصل إلى المعدل الطبيعي كما أن هرمون الجلوكاغون يساعد الجسم على التخلص من الدهون المخزنة فيه، وبالتالي يستخدمها الجسم كوقود ومما تجدر الإشارة إليه هو أن إفراز هذا الهرمون يبدأ بعد مرور نصف ساعة على بدء ممارسة التمارين الرياضية، وذلك لأن نسبة سكر الدم تبدأ بالتناقص أثناء ممارسة التمارين الرياضية وكما لاحظنا، فإن للتمارين الرياضية تأثير قوي جدا على هرمونات الجسم وهذا التأثير إيجابي ومتمثل في مساعدة الجسم على التخلص من الوزن الزائد، والتمتع كذلك بصحة جيدة، وجسم خالي من الأمراض والعلل لذا، فإن من المهم جدا عند ممارسة الرياضة، التفكير في الأمور الرائعة التي تجري في الجسم بفضل الهرمونات وقد يساعدك ذلك على الاستمرار في ممارسة المزيد من التمارين الرياضية التي لا يختلف اثنان على أهميتها لكل من الجسم والصحة العامة

تحدث عديد التغييرات الكيميائية في جسم الرياضيين وهم يتمنون في النادي الرياضي، فالشعور بالإنشراح أثناء وبعد التمرين، إضافة إلى آلام العضلات التي قد تلحق بالتدريب بعد يوم واحد فقط، لا تظهر بشكل سحري في الحقيقة، إذ يتكون جسمك من ملايين التفاعلات الكيميائية التي تسبب بدورها مشاعرا جسدية ونفسية مختلفة، القوا نظرة على بعض أبرز الهرمونات والمواد الكيميائية التي يتم إفرازها عند ممارسة التمارين الرياضية. فيتم إفراز هذه المواد الكيميائية على غرار الإندورفين، عبر الغدة النخامية، التي تقع في أسفل قاعدة الدماغ، حيث يحطم الإندورفين تشعرهم بالبهجة والسعادة ويجنّبكم الشعور بالألم، لتتمكّنوا من تحمل أي تعب ناجم عن ممارسة الرياضة. وهو السبب الحقيقي الذي يدفع الناس إلى الإدمان على الأنواع الشاقة من التمرين وعلى اختبار إحساس ما يسمى بدنوة المتلاك النساء لمستويات أعلى من الإستروجين. لذا، عندما تصل المرأة إلى مرحلة انقطاع الطمث، فعادة ما تختبر زيادة في الوزن بسبب انخفاض مستويات هرمون الإستروجين. الدوبامين وهي المادة الكيميائية المسؤولة عن الشعور بالمتعة. حيث أوجدت الدراسات أن المخ الذي يعان من نقص في مستقبلات الدوبامين يكون صاحبه أكثر عرضة لزيادة الوزن، وذلك لأن تناول الطعام بسرعة يرفع من مستويات الدوبامين بالجسم. فالأشخاص الذين لا يوجد لديهم ما يكفي من تلك المستقبلات، يحتاجون إلى المزيد من الدوبامين في مجرى الدم (أي المزيد من الطعام) للوصول إلى نفس مستوى الشعور بالشبع عند من لديه نسبة عادية منها. وهذا سبب إضافي يشجع على التمرن بانتظام بغية الحفاظ على مستويات الدوبامين والحيولة دون الإفراط في تناول الطعام وزيادة الوزن. غالبا ما يرتبط الدوبامين برعشات الجماع. يساعد التمرين على تحفيز إفراز الدوبامين، وقد تؤدي زيادة مستويات الدوبامين إلى الشعور بالنشوة عند القيام بتمارين عضلات المنطقة الوسطى من الجسم، والعضلات الرباعية، وعضلات الفخذين، والحوض. عوامل النمو، تمثل عوامل النمو المركبات الشبيهة بالهرمونات التي تعمل مع الخلايا الساتلة للمساعدة في تحفيز وتنظيم نمو المزيد من العضلات. تقوم عوامل النمو، مثل الخلايا الكبدية، والخلايا الليغنية، والأنسولين، بإرسال إشارات إلى الخلايا الساتلة للانتقال إلى منطقة العضلات المتضررة، وإصلاح الضرر الذي ينتج عن التمرين، وتنظيم نمو الكتلة العضلية، بشكل متتابع. السيروتونين، وهي مادة كيميائية مسؤولة عن الشعور بالسعادة، وعن النوم المريح، والشهية الصحية للطعام. تزيد مستويات السيروتونين لديكم إذا كنتم تتمرنون بانتظام. ويعمل السيروتونين مع الإندورفين على جعل ممارسة الرياضة نشاطا ممتعا. الصلاة على ذلك، فإن

بمستحكم كمية أكبر من الطاقة لاشك في أن ممارسة التمارين الرياضية بانتظام تكسبنا فوائد جسدية وعقلية، ونفسية هامة ومن الضوائد الهامة الأخرى، والتي تؤكد بدورها على التأثير الإيجابي للتمارين الرياضية المنتظمة علاقة الرياضة بهرمونات الجسم الأساسية، التي ينتج عنها حيوية الجسم الفعالة



الرئيس المدير العام مسؤول النشر: **معمرقاني** | المدير العام: **مجدوب بن صالح**

ملاحظة: كل الوثائق والصور التي تصل الجريدة لا ترد إلى أصحابها سواء نشرت أو لم تنشر

من أجل إشاركم توجهوا إلى:
المؤسسة الوطنية للاتصال،
النشر والإشهار وكالسة ANEP،
المتواجدة ب(0) نوح باستور-الجزائر.
هاتف الثابت:
021 7371 28 / 021 7376 78 / 021 7499 81
الفاكس:
021-73-95-59
البريد الإلكتروني:
agence.regie@anep.com.dz
programmation.regie@anep.com.dz

الطابع: SAMPRAL
TD DIFFUSION COMMUNICATION
03801603323071300789

رقم الحساب البنكي:
al salam bank algeria
03801603323071300789

الفاكس:
023-78-57-70
الهاتف:
0541-76-26-27

العنوان:
مستشفى القبة - زاهون - قاردي عمارة برقم 05- الجزائر-
البريد الإلكتروني:
Dzairtube13@gmail.com

SPORT
يومية رياضية جزائرية

تابعونا على مواقع التواصل الإجتماعي:

لإشهاراتكم:

Hôpital Kouba Zahoune Garidi Bt B LOT 05, Alger
RC N° 20 B 1000920-00/16-IA: 16420540136
Nif: 002016100092016
00213 (0) 23 78 57 70
www.dzair-tube.dz @dzairtube13@gmail.com

دزاير سيور، 2023/09/19

BIO NON TOXIC **100% ALGERIEN**

حماية آمنة
Safe Protection

12, Rue Hassen Benaamane Bir Mourad Rais Alger
023 57 13 46 / 023 41 18 68
0560 04 22 20 / 0550 60 01 66
www.bitbaitint.com
bitbait

SOLARIMPULSE | INNOVATION
DECEMBER 2020
EFFICIENT SOLUTION

دزاير سيور، 2023/09/19

دزاير
TUBE
مؤسسة دزاير توب الإعلامية

تابعونا على موقعنا الإلكتروني باللغات: العربية، الفرنسية، الإنجليزية:

لإشهاراتكم:

Hôpital Kouba Zahoune Garidi Bt B LOT 05, Alger
RC N° 20 B 1000920-00/16-IA: 16420540136
Nif: 002016100092016
00213 (0) 23 78 57 70
www.dzair-tube.dz @dzairtube13@gmail.com

WWW.DZAIR-TUBE.DZ

دزاير سيور، 2023/09/19